

AÇÃO EDUCATIVA COM GESTANTES DO TERCEIRO TRIMESTRE DE GRAVIDEZ SOBRE O ALEITAMENTO MATERNO

Juliana Romanoski Alves de Moura 1, Rafaela Marcia Gadonski 2,
Tassiana Potrich 3, Joice Moreira Schmalfuss 4,

INTRODUÇÃO

Muitas famílias têm como crença que o ato de amamentar é algo natural e instintivo¹ e acontecerá sem percalços. A partir dessa concepção, acabam focando mais no parto e nascimento, acarretando em despreparo para o que irá acontecer após, com a amamentação². Como consequência, diversas dificuldades podem surgir no período, principalmente no início do processo de aleitamento materno. Um dos grandes fatores associados ao desmame precoce está relacionado a uma pega incorreta do bebê ao seio materno, a qual pode acarretar em lesões e traumas mamilares, dificultando o ato de amamentar, afetando na produção de leite e, conseqüentemente, causando a sua diminuição, o que acaba por induzir a família a optar pela introdução de fórmulas lácteas³. Desta forma, a fim de evitar essa cascata do desmame, é necessário que as gestantes se preparem para amamentar ainda durante a gravidez. Esta preparação envolve o apoio dos serviços de saúde, do local de trabalho da mulher, da comunidade⁴ e da sua família, sendo esse apoio denominado de Cadeia de Calor, composta por protagonistas do sistema de saúde ou da comunidade².

OBJETIVO

Descrever uma atividade desenvolvida com gestantes do terceiro trimestre de gravidez sobre o aleitamento materno.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência sobre uma atividade de educação em saúde desenvolvida em junho de 2022, em um Centro de Saúde da Família localizado em um município do oeste de Santa Catarina. A atividade de educação em saúde fez parte de atividades teórico-práticas desenvolvidas por uma disciplina curricular vinculada a um curso de graduação em Enfermagem de uma universidade pública, que tem como objetivo estudar a saúde da mulher e da criança. Participaram da atividade nove gestantes com 27 semanas ou mais de gravidez e cadastradas na unidade em questão. A atividade foi conduzida por cinco estudantes de graduação em Enfermagem e uma docente enfermeira e durou cerca de uma hora e meia. A temática apresentada envolveu aspectos que abordaram a composição e fases do leite materno, a técnica correta para a amamentação e para a ordenha manual da mama, uso de diferentes posições para amamentar, confusão de bicos, complicações decorrentes da amamentação, importância do aleitamento materno e do aleitamento materno exclusivo e os direitos da mulher trabalhadora que amamenta. Foram utilizados alguns materiais didáticos para facilitar o entendimento das participantes, tais como: copos descartáveis com água, leite e suco em pó visando simular o leite materno e suas fases, dois balões representando a mama antes e após a ordenha, uma mama didática para a demonstração da ordenha manual, um bico de silicone, meia e pano de boca de algodão para ensinar as gestantes a confeccionarem uma rosquinha protetora do seio e um boneco para demonstrar o correto posicionamento do bebê em cada posição escolhida para amamentar. Para finalizar, cada gestante retirou de um recipiente uma frase sobre um mito ou uma verdade relacionada à amamentação, sendo que cada frase foi debatida em grupo.

EIXO TEMÁTICO: EIXO 1: Ambientes favoráveis para amamentação

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Sabe-se que a amamentação apresenta inúmeros benefícios, tanto para o lactente quanto para a puérpera. Tal prática tem a capacidade de reduzir as taxas de morbimortalidade infantil por causas evitáveis, aumentar e estimular o vínculo entre mãe-bebê, além de nutrir a criança. Outrossim, reduz as chances da mulher apresentar hemorragia pós-parto, além de protegê-la contra o câncer de mama, ovário e útero⁵. Apesar de todos esses e outros benefícios que o aleitamento materno proporciona, muitas mulheres desconhecem a sua importância e acabam optando por ofertar fórmula infantil a seus filhos. Ainda, a falta de apoio por parte da família também pode refletir em desmame precoce, já que existe uma crença cultural muito forte de que existe leite fraco, pouca produção de leite materno, entre outros aspectos, com forte influência do *marketing* das indústrias de substitutos de leite materno⁴. Diante do exposto, acredita-se que uma boa alternativa de reverter essa situação pode ocorrer por meio da ampliação do acesso às informações de cunho científico ainda durante o pré-natal. Nesse período, é possível oferecer subsídios às mulheres e suas famílias com a realização de ações educativas realizadas com grupos de gestantes, na Atenção Primária à Saúde ou na comunidade, a qual defende programas ou campanhas para proteger, promover e apoiar a amamentação². O acesso a informações de qualidade permitirá que a gestante e sua família compreenda como funciona todo o processo de lactação, quais os principais problemas relacionados à amamentação e como proceder em cada caso, os malefícios que os bicos artificiais podem causar, entre outros aspectos. Mas para isso, o profissional de saúde precisa, além dos conhecimentos básicos, ter a habilidade de se fazer entender com eficiência, não apenas demonstrando dados e técnicas. É necessário ouvir a mulher, explicar os prós e contras de todos os métodos, dar opções a ela e ajudá-la na tomada de decisão diante de cada contexto. Quando o grupo de gestantes não for possível e a mulher já estiver em processo de aleitamento materno, salienta-se a importância de que o profissional realize uma consulta com a então puérpera com o intuito de dar o suporte que esta necessita, com informações precisas e que visem deixá-la mais segura e confiante para praticar a amamentação⁵.

CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação de educação em saúde descrita se configurou em uma estratégia efetiva para informar, apoiar e incentivar o aleitamento materno, além de proporcionar um momento de descontração para as gestantes que participaram. A atividade possibilitou muita troca de experiências, de discussões e de debates acerca de mitos e verdades que envolvem o aleitamento materno.

REFERÊNCIAS

1. Moreira KFA, Nakano AMS. Aleitamento materno: Instintivo? Natural? O paradigma biológico X os direitos reprodutivos em discussão. Rev. Bras. Enferm., Brasília, 2002 nov./dez.; 55(6):685-90.
2. World Alliance for Breastfeeding Action (WABA). Fortalecer a amamentação - Educando e apoiando. Belo Horizonte: IBFAN, 2022. Acesso em: 06 ago. 2022. Disponível em: <https://worldbreastfeedingweek.org/2022/wp-content/uploads/2022/06/SMAM%202022-%20Folder%20de%20A%20C3%A7%20C3%A3o-PT-BR.pdf>
3. Barbosa EF, Silva VB, Pereira JM, Soares MS, Medeiros Filho RA, Pereira LB, et al. Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas. Rev Paul Pediatr., 2017; 35(3):265-72.
4. Ribeiro C. Fortalecer a amamentação educando e apoiando. Belo Horizonte: IBFAN, 2022. Acesso em: 06 ago. 2022. Disponível em: <http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2022/07/SMAM-2022-Apresentacao-Cintia-Ribeiro-IBFAN-HSE.pdf>
5. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Acesso em: 07 ago. 2022. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf