Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: ANÁLISE DE SUA IMPORTÂNCIA COMO ALIMENTO PARA O BEBÊ

EXCLUSIVE BREASTFEEDING: ITS IMPORTANCE AS A FOOD ANALYSIS FOR THE BABY

Erlandia Pereira de Andrade[1]
Priscila Melquíades da Costa Menezes [2]
Kilmara Melo de Oliveira Sousa [3]
Geane Gadelha de Oliveira[4]

RESUMO: O aleitamento materno engloba vários conceitos na área de saúde da criança, porém, todas indicam um único sentido. É considerado o melhor alimento para a criança até os seis meses de idade. O leite materno apresenta inúmeras substâncias como lipídeos, proteínas dispersas, cálcio, açúcar, vitaminas, minerais, entre outros que ajudam no desenvolvimento físico e mental do bebê e promove uma relação de amor e carinho entre mãe e filho. O estudo teve como objetivo analisar através da literatura a importância do aleitamento materno exclusivo. O estudo elaborado trata – se de uma pesquisa exploratória descritiva realizada através de levantamentos bibliográficos dos estudos indicados ao banco de dados LILACS e SCIELO e de acervo bibliotecário. Foi realizado apartir da revisão de literatura, análise e leitura de periódicos relacionados ao tema proposto, incluindo artigos, revistas, livros e outros instrumentos datados de 2000 a 2013. A análise do material foi efetuada após leitura e releitura das informações que foram agrupadas segundo os temas emergentes das informações encontradas sobre o aleitamento materno, tendo assim seus resultados apresentados na forma de revisão. Os resultados mostram que o aleitamento materno é considerado o melhor alimento para o bebê,

[1] Graduanda em Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos. E-mail: erlandia_andry@hotmail.com
[2] Enfermeira. Mestre em ciências da saúde pela Universidade Cruzeiro do Sul. Docente do curso de Bacharelado em enfermagem das Faculdades Integradas de Patos.
[3] Enfermeira. Mestranda em terapia intensiva pela Sociedade Brasileira em Terapia Intensiva. Especialista em Saúde Pública. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos.
[4] Enfermeira. Mestranda em terapia intensiva pela Sociedade Brasileira em Terapia Intensiva. Especialista em Saúde da Família, Pediatria e Neonatologia. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem das Faculdades Integradas de Patos

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

apresenta inúmeras substâncias, além de sua praticidade é mais econômico. A amamentação nada mais é do que um ato de amor é capaz de proteger o bebê de algumas doenças neurológicas e psicomotoras auxiliando no seu desenvolvimento. De acordo com os estudos citados foi constatada a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida e complementado até os dois anos de idade ou mais conforme aceitação da mãe e da criança, contudo o assunto precisa ser abordado com mais insistência pelos profissionais de saúde.

Palavras - chave: Aleitamento materno. Importância. Puérpera.

ABSTRACT: Breastfeeding encompasses several concepts in the area of child health , however, all indicate a single direction . It is considered the best food for infants until six months of age . Breast milk has many substances such as lipids , dispersed calcium, protein , sugar , vitamins , minerals, etc. that help the physical and mental development of the baby and promotes a relationship of love and affection between mother and son . The study aimed to examine through literature the importance of exclusive breastfeeding . The study prepared treats - is a descriptive exploratory survey conducted by bibliographic studies indicated the bank LILACS and SciELO data and surveys of library collections . Was performed starting from the literature review , analysis and reading journals related to the proposed topic , including articles , magazines , books and other instruments dating from 2000 to 2013. The analysis of the material was made after reading and rereading of information that were grouped according to emerging issues of information found on breastfeeding , thus having their results presented in the form of review. The results show that breastfeeding is considered the best food for the baby , presents numerous substances , and its practicality is more economical . Breastfeeding is nothing more than an act of love is able to protect the baby from some neurological diseases and psychomotor assisting in their development . According to the studies cited was confirmed the importance of exclusive breastfeeding until six months of age and supplemented by two years of age or older as acceptance of mother and child, but the issue needs to be addressed with greater urgency by professionals health.

Keywords: Breastfeeding . Importance . Postpartum .

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

INTRODUÇÃO

O leite materno constitui o melhor e mais saudável alimento a ser oferecido logo após o nascimento, sendo estendido até os seis meses como alimento exclusivo e a partir daí deve ser complementado até os dois anos de idade ou até que a nutriz e o lactente desejem.

O aleitamento materno engloba vários conceitos na área da saúde da criança, no entanto, todos indicam um único sentido, ele é considerado o melhor alimento para a criança até os seis meses de idade. Apresenta inúmeras substâncias como: lipídios, proteínas dispersas, fósforo, cálcio, açúcar, lactose, vitaminas, minerais, entre outras. Essas substâncias ajudam no desenvolvimento físico e mental do bebê que promove uma relação de amor e carinho entre mãe e filho (SILVA, 2011).

A amamentação constitui uma das fases mais importantes do binômio mãe – filho. O leite materno, além de sua praticidade e economia, possui todos os nutrientes necessários para um adequado crescimento e desenvolvimento, devendo ser o único alimento oferecido durante os seis primeiros meses de vida (CRUZ, 2010).

A amamentação além de ser um ato de amor, é capaz de proteger o bebê de algumas doenças neurológicas, psicomotoras auxiliando no seu desenvolvimento, como por exemplo, na dentição, além de também trazer benefícios para a mãe, trazendo um maior laço afetivo e reduzindo medidas mais rapidamente (MURTA, 2012).

As mães ainda oferecem outros alimentos ao bebê mesmo recebendo orientações durante o pré – natal a respeito do aleitamento materno exclusivo, isso resulta no desmame precoce, o que leva a crer que a sociedade ainda não se sensibilizou totalmente

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

sobre os benefícios do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida (CRUZ, 2010).

Para orientar as mães sobre amamentação nas consultas de pré – natal, necessita – se de tempo para ouvir as suas experiências, crenças e mitos que refletem em uma próxima amamentação. O aconselhamento constitui um dos papéis fundamentais que o enfermeiro pode exercer (AMORIM; ANDRADE, 2009).

A orientação do enfermeiro à mãe é indispensável para que se evite a introdução de outros alimentos além do leite materno, uma vez que podem causar diarréia e desnutrição por alimentos contaminados ou administrados de forma incorreta (AMORIM; ANDRADE, 2009).

Quando são oferecidos precocemente outros alimentos ao bebê, ocorre uma redução na duração do aleitamento e uma má absorção de nutrientes presentes no leite materno como ferro e zinco (MONTE; GIUGLIANI, 2004).

Para Antunes *et al* (2008), são inúmeros os benefícios maternos da amamentação, dentre eles: a volta do corpo ao estado normal, o efeito contraceptivo, a redução das chances de desenvolver artrite reumatóide , osteoporose, esclerose múltipla, neoplasia endometrial , ovariana e de mama antes da menopausa.

A mulher precisa de uma alimentação adequada composta de vitaminas, proteínas e sais minerais para que o leite materno seja produzido em quantidade suficiente e com composição adequada para o bom desenvolvimento do RN.

Estudos mostraram que a escolaridade materna interfere na motivação para amamentar, mães de países desenvolvidos com maior grau de instrução amamentam por um período maior, isso ocorre devido o seu conhecimento sobre o benefício do aleitamento materno. Enquanto que em países em desenvolvimento as mães menos

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

preparadas começam o pré – natal mais tarde, bem como decidem o tipo de alimentação também mais tarde (ESCOBAR *et al*., 2002).

Durante o estágio supervisionado I do curso de enfermagem, realizado em uma Unidade de Saúde de Patos – PB, foi visto que muitas mães não realizavam o aleitamento materno exclusivo, oferecendo outro tipo de alimentação a seus filhos menores de seis meses.

Diante de tal problema, pude perceber que muitas mães não amamentam seus filhos por falta de informação e/ou conhecimento, insegurança e receio. Isso nos leva ao seguinte questionamento: Qual o conhecimento das mães quanto à importância do aleitamento materno exclusivo?

A finalidade deste estudo é analisar a importância do aleitamento materno através de acervos bibliográficos. Assim, o seu desenvolvimento teve como objetivo principal analisar através da literatura a importância do aleitamento materno exclusivo.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata – se de um estudo do tipo descritivo bibliográfico, o que segundo Gil (2006), a pesquisa bibliográfica desenvolve – se a partir da resolução de um problema, através de referências teóricas encontradas em livros, revistas, artigos e literaturas afins, com o objetivo de conhecer e analisar as contribuições sobre determinado assunto.

As pesquisas bibliográficas não costumam apresentar dados inéditos, porém há de se frisar que estudos e dados publicados no passado podem servir de base para pensamentos e principalmente o desenvolvimento de ações futuras, contribuindo para o

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

desenvolvimento de reflexões e novos olhares sobre uma mesma problemática, estando aí a sua principal contribuição (PRESTES, 2003).

Dessa forma, buscou – se através desse estudo conhecer, analisar e compreender as principais contribuições teóricas existentes na literatura sobre a importância do aleitamento materno exclusivo.

A pesquisa teve como instrumento a habilidade na leitura, bem como a capacidade de extrair informações e raciocínios próprios a partir de relatos escritos.

Os dados foram coletados continuamente a partir da elaboração do projeto. A coleta dos textos foi efetivamente intensificada no período de fevereiro de 2014 a maio de 2014 através de leituras sucessivas e fichamentos dos materiais selecionados que em seguida, foram analisados e confrontados com a literatura pertinente.

Após a seleção dos dados, o material foi analisado criticamente para extrair reflexões sobre a temática em pauta, os resultados foram descritos textualmente, obedecendo a uma sistematização para uma melhor compreensão dos aspectos analisados e obtenção dos objetivos propostos.

Tal análise foi pautada nos tópicos presentes na guia para análise de informações, onde foram avaliados os pontos de concordância e divergência entre os autores selecionados. Após a concreta intensificação das defesas dos autores, foram realizadas descrições que possibilitarão reflexões acerca do tema.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

ANATOMIA E FISIOLOGIA DAS MAMAS

O desenvolvimento das mamas tem início na puberdade, onde ocorre o crescimento das glândulas e da aréola, que se dá através da atividade ovariana. Após dois anos ocorre a menarca, que vem acompanhada do crescimento das mamas, que se transforma com o aumento do componente de gordura e aplainamento da aréola e atinge o ápice na gestação e no aleitamento materno (ZUGAIB, 2008).

O leite materno é produzido na base das mamas onde existe de 18 a 20 tecidos glandulares com aparência de cachos de uva. Seu desenvolvimento ocorre durante a gestação e amamentação (MURTA, 2012).

> Entre os lóbulos e ductos as mamas são preenchidas por tecido gorduroso e conjuntivo. A vascularização mamária permeia este tecido extra glandular até as menores unidades alveolares, que extremamente se revestem de capilares e de células mioepiteliais, que tem função contrátil, auxiliando na mobilização do leite dos alvéolos para os ductos (ZUGAIB, 2008).

A produção de leite é estimulada através do cérebro, onde o hipotálamo (hipófise anterior) recebe a mensagem que se dá através da sucção pelo bebê, então é secretado o hormônio prolactina, que através do sangue chega aos alvéolos, onde ocorre a produção das células secretoras de leite e conseqüente produção do mesmo. Isto ocorre devido o reflexo da produção do leite (MATUHARA; NAGANUMA, 2006).

Já o reflexo da descida do leite ocorre quando o cérebro e o hipotálamo (hipófise posterior) recebem a mensagem através da sucção do bebê, então ele secreta o hormônio ocitocina que cai na corrente sanguínea e chega aos alvéolos, através da contração das células que envolvem os alvéolos e as células mioepiteliais, o leite alcança os ductos e a criança suga (MATUHARA; NAGANUMA, 2006).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

CONSIDERAÇÕES GERAIS SOBRE ALEITAMENTO MATERNO

Com o crescimento do capitalismo e conseqüente avanço tecnológico, houve uma redução na prática de aleitamento materno exclusivo com o passar dos anos. E isso ocorreu devido alguns fatores dentre eles: gravidez na adolescência, onde o adolescente não tem informações suficientes sobre o assunto, conquista das mulheres no mercado de trabalho o que contribui para uma alimentação industrializada para ela e para o bebê. Tais fatos contribuíram para redução dos índices de aleitamento materno exclusivo (TRINDADE; LINHARES; ARAUJO, 2008).

A amamentação não se resume apenas em alimentar o bebê. É um processo que promove o contato íntimo entre mãe e filho. Além de garantir um bom desenvolvimento da criança ele atua positivamente na saúde física e mental da mãe (CASTRO; ARAUJO, 2006).

Amamentar representa amor, carinho, atenção, paciência e disponibilidade por parte da mãe para seu filho, este ato proporciona um vínculo afetivo entre os dois, proporcionando carinho e saúde (SANTOS; 2004 apud NEVES, 2012).

O aleitamento possui todos os nutrientes que o bebê necessita para seu crescimento e desenvolvimento até os seis meses de idade, não sendo necessário adicionar nenhum outro alimento. Bebês alimentados com aleitamento exclusivo apresentam melhor desenvolvimento e crescimento, aumento da inteligência, melhores dentição e fala, além de que aceitam com mais facilidade os alimentos da família uma vez que o leite da mãe possui as características de sua alimentação. Esses bebês vão apresentar uma imunidade diferenciada frente aos que não são amamentados exclusivamente (UNICEF, 2007).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Logo ao nascer, a criança recebe a primeira vacina através de um leite amarelo-gema e espesso chamado colostro, que é liberado nas primeiras 72 horas após o nascimento do bebê, ele possui ação protetora contra vírus e bactérias, contêm fatores de crescimento que ajudam no desenvolvimento do intestino e na maturação de enterócitos, é laxativo, bem como auxilia na liberação do mecônio. Enquanto o colostro age como protetor, o leite maduro tem ação nutricional, porém o colostro apresenta todos os nutrientes que a criança necessita nos primeiros dias de vida (SANTOS; PIZZI, 2006).

A amamentação sofre influencia do meio onde vive a nutriz. Isso vai depender do incentivo de seus familiares (marido, mãe) que lhe dão apoio, fazendo com que ela sinta – se segura, de forma que aleitar se torne uma prática prazerosa para a mesma (BRASIL, 2011).

É de fundamental importância para a mãe e para o bebê que a mãe ofereça o seio ao bebê o mais precoce possível, pois é uma forma dele se habituar à prática com o passar dos dias pelo aumento da quantidade de leite, ele aprende a pegar o seio e a mãe aprende a manusear o bebê (ZIEGEL; CLANLEY, 2011).

Importância do aleitamento materno exclusivo

O aleitamento materno exclusivo é recomendado até os seis meses, a partir daí deve ser complementado com outros alimentos até os dois anos de idade. A amamentação oferece todos os nutrientes à criança até os seis meses de vida (AMORIM; ANDRADE, 2009).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

O leite materno passa por etapas até se tornar maduro, se diferencia durante a amamentação por suas características em: colostro que é o leite inicial, leite de transição e leite maduro.

O colostro é o primeiro leite secretado após o parto, sendo liberado até o sétimo dia, atua como uma vacina que protege o RN, promovendo a adaptação do mesmo ao meio externo. O leite de transição é secretado no período de 7 a 14 dias após o parto, onde ocorre o aumento de gorduras e proteínas que vai dar origem ao leite propriamente dito, enquanto que o leite maduro surge após o 14º dia pós – parto, é composto de proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas, minerais e oligo - elementos que oferece os nutrientes adequados ao bebê durante o período de aleitamento (SANTOS *et al*.,2010).

O leite materno traz inúmeros benefícios para o binômio mãe - filho. O bebê alimentado exclusivamente com leite materno apresenta menor índice de alergias, dentre outras doenças. A criança tem um melhor desenvolvimento, defesas, além de uma melhor qualidade de vida, pois ele contém todos os nutrientes que o bebê necessita. Enquanto que para a mãe, diminui o sangramento uterino e acelera a sua involução, minimizando a chance da ocorrência de anemia, contribui para perda de peso. Além de que aumenta os laços mãe – bebê e família (UNICEF, 2007).

O bebê que recebe aleitamento materno exclusivo adoece menos, minimizando os índices de morbimortalidade na infância, pois ele contém todos os nutrientes que a criança necessita na quantidade adequada, proporciona uma fácil digestão por ser preparado especialmente para seu organismo, protegendo contra diarréia, desnutrição, pneumonia, infecção de ouvido, alergias, entre outros. Isto é possível devido os nutrientes que o leite materno contém que é próprio para cada bebê, dentre eles vitaminas, minerais, açucares,

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

gorduras e proteínas. O leite materno apresenta substâncias que o bebê necessita que não são encontradas em nenhum outro tipo de leite (UNICEF, 2007).

O leite materno é um alimento completo, capaz de suprir todas as necessidades do bebê, além de sua praticidade e economia, é essencial para evitar a desnutrição, facilitando o crescimento e estimulando o desenvolvimento psicomotor da criança. Em países pouco desenvolvidos como o Brasil, é essencial para sobrevivência e prevenção de várias doenças (SANTOS; PIZZI, 2006).

Dentre os benefícios do aleitamento materno para o bebê e para a família, estão: é econômico, não necessita de preparo, redução de despesas com a saúde, diminui a ausência dos pais no trabalho devido doenças dos filhos. E para a sociedade ocorre uma redução no impacto ambiental através da diminuição do descarte de latas de leite industrializado.

Dez passos para obter sucesso no aleitamento materno

O Ministério da Saúde Brasil (2010) preconiza e divulga dez passos a serem seguidos pelas mães para obtenção de sucesso no aleitamento materno. Estes passos são trabalhados nos bancos de leite humano e programa de saúde da família por todos os pais e seguem os mandamentos:

- Passo 1: Acredite que não existe leite fraco, pois todo leite adequado para o bom crescimento e desenvolvimento do bebê;

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

- Passo 2: Saiba que quanto mais o bebê mama, mais leite você produz, pois a produção do leite é estimulado pela sucção, então, quanto mais cedo o bebê mamar mais cedo irá ocorrer a descida do leite;
- Passo 3: Coloque o bebê na posição correta para mamar, para que ele consiga abocanhar não só o mamilo (bico do peito), mais grande parte da aréola (parte escura do peito);
- Passo 4: Cuide adequadamente das mamas evitando rachaduras, não lavar os mamilos antes das mamadas, basta banho diário, evitar o uso de sabonete, pomadas cremes nos mamilos. O próprio leite protege a pele, evitando as infecções;A exposição das mamas ao sol durante 15 minutos pela manhã ajuda também a prevenir rachaduras;
- Passo cinco: Retire leite quando necessário (ordenha);
- Passo 6: Nunca use bicos, chupetas e mamadeiras, pois prejudica a amamentação, e os bebês que usam mamadeiras mamam por menos tempo.
- Passo 7: Tome bastante líquido, alimente – se bem e descanse sempre que possível;
- Passo 8: Só tome medicamentos com ordem médica;
- Passo 9: Continue a amamentação até os dois anos de idade;
- Passo 10: Conheça os direitos da mãe trabalhadora.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

PROBLEMÁTICAS ENFRENTADAS NO PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO

As mulheres consideram a amamentação um processo de aspectos positivos e negativos. Alguns fatores são vistos de forma negativa para a tomada de decisão sobre a amamentação, como o esforço físico, fadiga, limitação no desempenho de suas funções, mais o cuidado com o seu corpo e a difícil tarefa de conciliar o exercício da sexualidade e a amamentação são vistos negativamente para a tomada de decisão de amamentar ou não.

No período de amamentação as puérperas apresentam dificuldades que devem ser identificadas e tratadas precocemente para que não contribuam para o desmame precoce.

Hipogalactia

Dentre os fatores que interferem na produção de leite estão às dietas inadequadas da mãe, a ingestão insuficiente de líquidos, o fumo, os medicamentos e a cirurgia redutora de mama (BARROS; MARIN; ABRÃO, 2002).

Ingurgitamento mamário

Caracteriza -se pelo aumento do volume das mamas, no 2° ou 3° dia pós – parto que apresentam túrgidas, distendidas, dolorosas e ponto de impedir amamentação (REZENDE; MONTENEGRO, 2003).

A mastite é um processo que se localiza na mama. A estamelaceta em um ducto ou a hiperdistenção do tecido mamário podem lesar os tecidos e permitir a instalação de

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

bactérias, como: staphylococus aureus que é o mais comum e também a escherichia coli, streptococus (BARROS; MARIN; ABRÃO, 2002).

O tratamento é feito através de algumas medidas importantes. Sustentação das mamas com porta seios apropriados, retirada de do leite por esvaziamento manual ou com bomba de sucção, calor úmido ou bolsa de gelo (REZENDE; MONTENEGRO, 2003).

Fissura mamilar

A fissura mamilar apresenta uma ulceração linear com solução de continuidade do tipo fenda, com comprometimento da epiderme e / ou na superfície do mamilo sempre horizontal ou curva. Tal fissura tem como causa alguns fatores como: ingurgitamento mamário, o RN não consegue abocanhar a aréola devido à estase láctea, apreende somente o mamilo; higiene dos mamilos ocorrendo remoção da membrana hidrolipídica que é um fator de proteção da região das glândulas sudoríparas, sebáceas e tubérculos Montegmomery; o uso de medicamentos antisépticos , água boricada e outros (BARROS; MARIN; ABRÃO, 2002).

ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM ACERCA DA AMAMENTAÇÃO

Para que haja sucesso no aleitamento materno, é importante o compromisso da puérpera bem como do profissional de saúde, que deverá ter conhecimento cientifico, para que possa oferecer informações à mãe a respeito dessa prática, promovendo saúde. Ele deverá avaliar o conhecimento das mães, desde o pré-natal, discutindo suas

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

experiências, crenças, sua vida social e familiar, bem como fatores históricos,culturais e psicológico, garantindo assim a boa prática na amamentação (MARTUCHELI, 2010).

Em qualquer âmbito da saúde, seja atendimento básico, hospitalar ou ambulatório, o enfermeiro deve estar capacitado a prestar orientações, facilitar diagnósticos de possíveis complicações e tratamento adequado às puérperas para que a amamentação ocorra de forma segura e tranqüila (AMORIM; ANDRADE, 2009).

É importante que o profissional de saúde tenha conhecimento sobre a amamentação para que possa instruir as mães orientando as mesmas. O sucesso do aleitamento materno vai depender das orientações prestadas nas duas primeiras semanas, como por exemplo, não oferecer água, chás, leite e outros alimentos que levam ao desmame precoce (ZUGAIB, 2008).

O enfermeiro é o profissional que se mantém mais próximo a mãe, uma vez que acompanha o pré – natal e o puerpério, então ele deve preparar a mulher desde a gestação a respeito da amamentação, para que ocorra de forma correta e tranqüila evitando complicações no pós – parto (SANTOS *et al*., 2012).

Conforme Tomez e Silva (2006) o enfermeiro deve prestar a seguinte assistência:

- Instruir a mãe a escolher uma posição confortável para facilitar a amamentação;
- Posicionar o bebê nos braços da nutriz, fazendo com que ele fique totalmente voltado para o corpo da mãe, oferecendo suporte e estabilidade e facilitando a apojadura;
- Orientar a mãe a segurar o seio com a mão que está livre, oferecendo suporte e estabilizando o mamilo na boca do recém nascido;

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

- Para facilitar a pega adequada e evitar compressão dos mamilos, o enfermeiro deve ensinar a mãe a tocar o lábio inferior do bebê com mamilo, para que ele abra bem a boca e consiga abocanhar toda a aréola;
- Para avaliar o sucesso da amamentação, o enfermeiro deve avaliar a sucção e a deglutição, que de início é rápida e posteriormente se torna mais lenta com o aumento da quantidade de leite, bem como o movimento das mandíbulas, indicam a técnica correta;
- Orientar quanto à importância do recém nascido mamar pelo menos 10 minutos em cada mama, pois são necessários de 5 a 8 minutos para que o leite que contém gordura e calorias seja liberado, deve - se oferecer as duas mamas para que não ocorra ingurgitamento e obstrução dos ductos;
- A cada mamada instruir a mãe a permitir que o lactante possa eructar;
- Para prevenir lesões nos mamilos, a mãe deve ser orientada a retirar o seio da boca do bebê ao término da mamada, inserindo o dedo mínimo no canto da boca do bebê para que ele pare de sugar sem machucar o mamilo caso ele retire o seio de forma incorreta.

Para tornar possível que o aleitamento materno continue após o fim da licença maternidade, a mãe deve receber orientações sobre como extrair, armazenar e administrar o leite materno, tais orientações devem partir do enfermeiro, tendo em vista que o enfermeiro é um profissional treinado e capacitado para realizar palestras, orientações em grupos de apoio, em Unidades de Saúde, através de atividades de prevenção e promoção, evitando assim o desmame precoce (SANTOS *et al*., 2012).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Um dos fatores que induzem ao desmame precoce é a má capacitação de profissionais que devem ter todas as informações que a mãe necessita para o sucesso do aleitamento materno. Pois um profissional preparado atua com aconselhamento refletindo de forma positiva na amamentação, evitando assim o desmame precoce (ATHANAZIO *et al*., 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os estudos citados na pesquisa foi constatada a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida e complementado até os dois anos de idade ou mais conforme aceitação da criança e da mãe.

O presente estudo mostra que a amamentação é uma forma eficaz de prevenção de várias doenças e redução da desnutrição e mortalidade infantil devido o leite materno ser um alimento completo com todos os nutrientes necessários para o desenvolvimento do bebê. Além de que o aleitamento traz vantagens para a mãe como a redução do risco de desenvolver câncer de mama, rápida recuperação física, aumento dos intervalos entre as gestações, involução uterina mais rápida, diminuição do sangramento vaginal pós – parto além de aumentar o vínculo afetivo entre mãe e filho.

Portanto, o estudo foi de grande relevância, pois contribui para melhorar o nosso conhecimento sobre o aleitamento materno exclusivo, que é de suma importância para a saúde do bebê, as mães precisam ser orientadas a respeito dos benefícios dessa prática através dos profissionais de saúde para que aumente os índices de aleitamento materno exclusivo e com isso ocorra promoção de saúde.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

REFERÊNCIAS

AMORIM, M. M.; ANDRADE, E. R. de. **Atuação do enfermeiro no PSF sobre aleitamento materno.** Perspectivas online, v.3, n.9, p.93 – 110 2009. Disponível em: < http://seer.perspectivasonline.com.br/index.php/revista_antiga/article/viewFile/349/260 > Acesso em: 12 de outubro de 2013.

ANTUNES, L. S. *et al.* **Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 13, n. 1, p. 103-109, 2008. Disponível em:< http://www.scielo.br/pdf/csc/v13n1/14.pdf> Acesso em: 13 de Fevereiro de 2014.

ATHANAZIO, A. R. *et al.* **A importância do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno no copinho ao recém nascido: Revisão Integrativa**. Revenferm UFPE online., Recife, 7(esp):4119-29, maio., 2013. Disponível em: <http://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CB8QFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.revista.ufpe.br%2Frevistaenfermagem%2Findex.php%2Frevista%2Farticle%2Fdownload%2F4279%2F6348&ei=_LgRVJ3ZCZXDggTO5YHQDw&usg=AFQjCNExVNl68H0XlGjez_P5o3Z4UxFvjA&sig2=OFDhmvoMEj77L7CwxTnc8g> Acesso em: 30 de Maio de 2014.

BARROS, S. M. O.; MARIN, H.DE F.; ABRÃO, A. C. E .V. **Enfermagem obstétrica e Ginecológica;** Guia para a prática assistencial. São Paulo: Roca, 2002.p. 307 – 383.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Atenção à saúde do recém – nascido:** Guia para os profissionais de saúde / Ministério da saúde, Secretaria de atenção a saúde, departamento de ações programáticas e estratégicas – Brasília: Ministério da saúde 2011.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **10 passos para o aleitamento materno.** Goiás: Ministério da saúde, 2010. Disponível em: <http://www.saude.go.gov.br/index.php?idMateria=84846> Acesso em: 10 de Março de 2014.

CASTRO, L. M. C. P; ARAÚJO, L. D. S. Aspectos socioculturais da amamentação. In: **aleitamento materno: manual prático.** 2. Ed Londrina: PML, 2006. P. 41 – 49.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

CRUZ, J. M. **Promoção e incentivo ao aleitamento materno: Realidade vivenciada no Município de Patos.** FIP Patos – PB, 2010.

ESCOBAR, A. M. U. *et al.* **Aleitamento materno e condições socioeconômico-culturais: fatores que levam ao desmame precoce.** Rev. bras. saúde matern. infant, v. 2, n. 3, p. 253-261, 2002. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v2n3/17095.pdf> Acesso em: 13 de Fevereiro de 2014.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social.** 5. ed. São Paulo:Atlas, 2006.

MARTUCHELI, K, C. **O enfermeiro e o aleitamento materno na estratégia de saúde da família.** Berilo – Minas Gerais, UFMG, 2010. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2401.pdf> Acesso em: 14 de novembro de 2013.

MATUHARA, A. M.; NAGANUMA, M. **Manual instrucional para aleitamento materno de recém-nascidos pré-termo.** Pediatria, v.28, n.2, p.81 - 90, São Paulo, 2006. Disponível em: <http://www.pediatriasaopaulo.usp.br/upload/pdf/1163.pdf> Acesso em: 10 de Março de 2014.

MONTE, C. M. G; GIUGLIANI, E. R. J. **Recomendações para alimentação complementar da criança em aleitamento materno.** J Pediatr, v. 80, n. 5, p. 131-41, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n5s0/v80n5s0a04.pdf> Acesso em: 10 de março de 2014.

MURTA. **Saberes e práticas: Guia para ensino e aprendizado de enfermagem**. 7. ed. São Caetano do Sul – SP: Difusão, 2012.

NEVES, T. L. **Assistência de enfermagem as puérperas no aleitamento.** FIP Patos – PB, 2012.

PRESTES, M. L. M. **A pesquisa e a construção do conhecimento científico: do planejamento aos textos, da escola a academia.** 2. ed. São Paulo: Respel, 2003.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 1
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

REZENDE, J. de; MONTENEGRO. C. A. B. **Obstetrícia Fundamental.** 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

SANTOS, A. P. A.; PIZZI, R. C. de. **O papel do enfermeiro frente aos fatores que interferem no aleitamento materno.** Batatais – São Paulo. Centro Universitário Claretiano, 2006.

SANTOS, G. C. L. *et al.* **Aleitamento materno: Uma revisão literária das causas do desmame precoce.** FUG, 2012. Disponível em: <http://fug.edu.br/2010/pdf/tcc/ALEITAMENTO%20MATERNO.pdf> Acesso em: 05 de maio de 2014.

SANTOS, L. G. A. *et al*. **Enfermagem em ginecologia e obstetrícia**. Rio de Janeiro: MedBook, 2010.

SILVA, R. A. de. **Aleitamento materno: Fatores que influenciam o desmame precoce.** FIP Patos – PB, 2011.

TOMEZ, R. N.; SILVA, M. J. P. **Enfermagem na UTI Neonatal:** Assistência de Enfermagem ao recém – nascido de alto risco. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

TRINDADE, A. L. J; LINHARES, E. F; ARAÚJO, R.T. de. **Aleitamento materno: Conhecimentos das puérperas a respeito dessa prática.** Revista Saúde.com. Jequé – Bahia, vol. 4, n. 2, p.123 – 133, 2008. Disponível em: <http://www.uesb.br/revista/rsc/v4/v4n2a04.pdf> Acesso em: 15 de fevereiro de 2014.

UNICEF. **Promovendo o aleitamento materno** – 2007. Disponível em <http://www.unicef.org/brazil/pt/aleitamento.pdf>. Acesso em: 10 de fevereiro de 2014.

ZIEGEL, E. E; CRANLEY, M. S. **Enfermagem Obstétrica.** 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara koogan, 2011.

ZUGAIB, Marcelo. **Obstetrícia** 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2008.