

CENTRO UNIVERSITÁRIO ATENAS

FABIANA ALVES DE SOUZA

**ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO ALEITAMENTO
MATERNO EXCLUSIVO:** para minimizar o desmame precoce

Paracatu

2018

FABIANA ALVES DE SOUZA

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO:

para minimizar o desmame precoce

Monografia apresentada ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Área de Concentração: Ciências da Saúde

Orientadora: Prof.^a Priscilla Itatianny de Oliveira Silva

Paracatu

2018

FABIANA ALVES DE SOUZA

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO:
para minimizar o desmame precoce

Monografia apresentada ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário Atenas, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Área de Concentração: Ciências da Saúde

Orientadora: Prof.^a Priscilla Itatianny de Oliveira Silva

Banca Examinadora:

Paracatu – MG, 09 de Julho de 2018.

Prof.^a Priscilla Itatianny de Oliveira Silva
Centro Universitário Atenas

Prof.^a Msc. Lisandra Rodrigues Risi
Centro Universitário Atenas

Prof.^aMsc. Monyk Karol Braga Gontijo
Centro Universitário Atenas

Dedico aos meus pais Maria Sônia e José Maria, ao meu marido Luiz Carlos, ao meu filho Luiz Gustavo, pelo apoio, carinho e dedicação, por estar sempre presente em minha vida, nesta caminhada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por esta sempre comigo, me guiando na busca e realização do sonho.

A meu marido pelo apoio e dedicação, por esta sempre me incentivando a buscar um futuro melhor.

Ao meu filho, pelo carinho e paciência pelos momentos que não pude estar ao seu lado.

Aos meus pais por sempre me apoiar nas minhas escolhas, e sempre cuidar do meu filho na minha ausência.

Aos meus irmãos Sandra e Talis por sempre me incentivar a seguir nesta caminhada.

Agradeço a minha orientadora Priscilla pelo incentivo, paciência e dedicação, um exemplo de ser humano e profissional.

Agradeço também aquelas pessoas que de alguma forma contribuíram para minha formação.

Acreditar não significa estar livres de momentos difíceis, mas ter a força para enfrenta-los sabendo que não estamos sozinhos.

Papa Francisco

RESUMO

O aleitamento materno é uma prática essencial para a saúde da criança, pois o leite materno oferece tudo que a criança necessita para seu completo crescimento e desenvolvimento, o aleitamento materno é a prática que mais previne mortes e morbidades infantis no mundo, além de promover a saúde física e mental da mãe e filho. A prática de aleitamento materno exclusivo está associada a fatores históricos, culturais e psicológicos da mulher, que pode acabar influenciando na decisão da mulher amamentar. A pesquisa foi desenvolvida por meio de levantamento bibliográfico utilizando bases de dados do Scielo, Google acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizado artigos livros e revistas publicados nos últimos anos. Verificou-se que o enfermeiro é o profissional que mais se relaciona com a mulher no ciclo gravídico-puerperal, sua atuação é de suma importância na educação em saúde para o processo de aleitamento materno exclusivo, o enfermeiro com seus conhecimentos práticos e científicos devem acompanhar e preparar as gestantes para o aleitamento materno, para que no período puerperal, a mulher possa vivenciar uma prática de aleitamento tranquila, evitando as dúvidas e possíveis dificuldades.

Palavras Chaves: Aleitamento Materno, Assistência de Enfermagem, Educação em Saúde.

ABSTRACT

Breastfeeding is an essential practice for the child health, because breast milk offers everything the child needs for their complete growth and development, breastfeeding is the practice that most prevents deaths and morbidities child hood in the world, besides to promoting physical and mental health of mother's and son. The practice of exclusive breastfeeding is associated with factors historical, cultural and psychological aspects of women, which may end up influencing of the woman's decision to breastfeed. The search was developed through a bibliographic survey using databases from Scielo, Google Academic and Virtual Health Library (VHL) utilized articles, books and magazines published in last years. It was verified that the nurse is the professional who most relates with the woman in the puerperal pregnancy cycle, its performance is of the utmost importance in health education for the exclusive breastfeeding process, the nurse with her practical knowledge and scientific should accompany and prepare pregnant women for breastfeeding, so that in the puerperal period, the woman can experience a practice of breastfeeding quiet, avoiding at doubts and possible difficulties.

Keywords: *Breastfeeding, Nursing Assistance, Health Education.*

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1- Técnica correta de amamentação

17

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

OMS Organização Mundial de Saúde
MS Ministério da Saúde

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
1.1 PROBLEMA	12
1.2 HIPÓTESES	12
1.3 OBJETIVOS	12
1.3.1 OBJETIVO GERAL	12
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO	13
1.5 METODOLOGIA DO ESTUDO	14
1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO	14
2 ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO	15
3 ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO	19
4 DESAFIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO	22
4.1 INGURGITAMENTO MAMÁRIO	23
4.2 MAMILOS PLANOS OU INVERTIDOS	24
4.3 OBSTRUÇÃO DOS DUCTOS LACTÍFEROS	24
4.4 MASTITE	25
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	28

1 INTRODUÇÃO

O leite materno é um alimento natural, pronto e adequado para todas as crianças, havendo algumas exceções. As vantagens do aleitamento são diversas e já bastante conhecidas, a curto e ao longo prazo, havendo um consenso mundial de que sua prática deve ser exclusiva é a melhor maneira de alimentar a criança até os seis meses de vida (LEVY; BÉRTOLO, 2008).

Apesar das taxas crescentes de aleitamento materno no Brasil, a maioria das mulheres está distante de realizar a duração ideal do aleitamento materno exclusivo, apesar da importância e das vantagens do leite materno para a criança nos seis primeiros meses e dos benefícios oferecidos à mãe. A duração mediana do aleitamento no Brasil, que era 2,5 meses em 1975, cresceu para 5,5 meses em 1989, para 7 meses em 1996 e, por fim, para 10 meses em 1999. Embora o tempo médio da amamentação seja de 10 meses, o de aleitamento exclusivo é somente 23 dias (ZUGAIB, 2008).

Considerando os benefícios e as vantagens que o aleitamento materno exclusivo promove à criança até os seis meses de vida, a prática de amamentar tem transformado ao percorrer do tempo, respeitando as determinações culturais e socioeconômicas. As causas que levam as mães a decidirem sobre a prática da amamentação podem estar unidas à cultura e influência da sociedade. Embora que seja uma ação biológica, as mães devem ser orientadas quanto aos benefícios do aleitamento materno exclusivo em relação aos malefícios do desmame precoce (FROTA, *et al.*, 2009).

Tendo em vista a grande importância do papel do profissional de enfermagem no aleitamento materno, visto que o enfermeiro é quem está mais próximo da mulher durante a gestação e nos pós-parto, o enfermeiro tem um grande e importante papel nos programas de educação em saúde nesta fase, durante o período do pré-natal ele deve preparar a gestante para a amamentação, evitando as dúvidas e prováveis problemas no processo de amamentação (CARVALHO; CARVALHO; MAGALHÃES, 2011).

Conhecer os aspectos relacionados ao método do aleitamento materno é um fator essencial de contribuir para que a mãe e a criança possam vivenciar a amamentação de forma eficaz e prazerosa, recebendo do profissional as orientações adequadas para o seu sucesso. Compreendendo que a mulher passa

por um logo período de gestação ate que possa por fim amamentar seu filho, o preparo dessas mulheres para à amamentação deve ter início ainda no período do pré-natal (BARROS, 2015).

1.1 PROBLEMA

Qual a importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno exclusivo?

1.2 HIPÓTESES

Trabalhando com as gestantes e as puérperas a importância e os vários benefícios, que o aleitamento materno exclusivo oferece para a saúde de ambos, que a prática do aleitamento promove um contato maior entre mãe e filho, aumenta os laços afetivos e, além disso, o leite materno não tem risco de contaminação e promove uma ação protetora que é capaz de prevenir doenças e a mortalidade de crianças nessa fase.

O profissional de enfermagem deve promover e incentivar o aleitamento materno exclusivo, conscientizando as mulheres que o leite materno é o único alimento que a criança carece durante os seis meses de vida, não precisando ofertar outros líquidos nesse período, dessa forma as mulheres terão maior autonomia e confiança para amamentar seus filhos e isso influenciará na duração do aleitamento materno exclusivo e diminuirá os fatores que levam as mulheres desmamar seus filhos precocemente.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a assistência de enfermagem no aleitamento materno exclusivo.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

a) descrever as etapas e importância do aleitamento materno exclusivo.

- b) verificar ações de enfermagem que contribui para o aleitamento materno exclusivo.
- c) analisar os desafios encontrados pela mulher que dificultam o aleitamento materno exclusivo, através da busca bibliográfica.

1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO

A prática de amamentar não é somente alimentar a criança. É um método de interação que envolve a troca de afeto entre mãe e filho, que tem uma repercussão no nível nutricional da criança, na sua capacidade de se defender de infecções, além de ter grande influência na saúde física e mental da mãe (LOPEZ; CAMPOS JÚNIOR, 2010).

Muitos dos problemas encontrados pelas mulheres ao longo da prática do aleitamento materno podem acabar influenciando e fazendo com que as mães sintam receosas e desinteressadas, podendo vim a desmamar seu filho precocemente (BARROS, 2015).

O papel do profissional de enfermagem é essencial para iniciação da educação sobre o aleitamento materno exclusivo já nos primeiros meses do pré-natal. Uma equipe bem treinada e com habilidades no processo de amamentação pode influenciar de forma significativa, sendo indispensável investir no preparo e aprimoramento destes profissionais (CARVALHO; TAMEZ, 2005).

O interesse do presente estudo surgiu, após avaliar que apesar de existir diversos estudos e pesquisas sobre o aleitamento materno, ainda existem mulheres que desconhecem sobre a importância do leite materno e o assunto não é tão trabalhado durante o pré-natal, sendo assim o estudo justifica-se oferecer conhecimentos para as pessoas que desconhecem sobre o assunto e para os profissionais de saúde para que possam adquirir mais conhecimentos para promover e incentivar o aleitamento materno exclusivo, para que as mulheres não tenham tantas dificuldades na prática de amamentar e não venham desmamar precocemente seus filhos.

1.5 METODOLOGIA DO ESTUDO

O presente estudo é uma revisão bibliográfica do tipo descritiva e explicativa.

De acordo com Gil (2010) pesquisa bibliográfica é baseado em material já publicado, este tipo de pesquisa inclui material já impresso, como livros, revistas e jornais. A pesquisa descritiva tem como objetivo a definição das características de determinada população.

Pesquisa explicativa tem como proposito identificar fatores que determinam ou contribui para a ocorrência de fenômenos (Gil, 2010).

O conteúdo será retirado de artigos científicos encontrados nos sites de busca Google Acadêmico, Scielo e nos livros disponíveis da Faculdade Atenas. As palavras chaves utilizadas para a busca serão aleitamento materno exclusivo, assistência de enfermagem, desmame precoce, desafios encontrados na amamentação.

1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO

O presente trabalho é apresentado em quatro capítulos, sendo o primeiro capítulo apresenta a introdução, problema, hipótese, objetivo geral, objetivos específicos, justificativa, metodologia do estudo e estrutura do trabalho.

No segundo capítulo descreve as etapas e a importância do aleitamento materno exclusivo.

No terceiro capítulo fala sobre as ações de enfermagem que contribui para o aleitamento materno exclusivo.

E no quarto capítulo traz os desafios encontrados pela mulher que dificultam o aleitamento materno exclusivo.

2 ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO

A gestação é um período de grandes e intensas mudanças na vida e no corpo de uma mulher, junto com a gravidez surgem mudanças, psicológicas, fisiológicas, físicas. Nesse período os hormônios sofrem um aumento significativo em seus níveis, modificando e preparando o corpo da mulher, para um melhor crescimento e desenvolvimento do bebê (VIEIRA; PARIZOTTO, 2013).

Dentro as modificações da gravidez se destacam as mudanças emocionais, que tem como características as alterações de sentimentos, deixando a mulher mais sensível nesse período, são várias as mudanças que acontecem no organismo da mulher nesse período, que pode acabar repercutindo no cotidiano da gestante (CAMACHO *et al.*, 2010).

As mudanças fisiológicas que ocorrem ao decorrer do período gestacional sejam elas leves ou agudas, estão entre as mais marcantes que o corpo da mulher pode sofrer, fazendo com que a gestante gere sentimentos de medo, angústias ou pela simples curiosidade das mudanças que pode ocorrer em seu corpo (SANTOS; RADOVANOVIC; MARCON, 2010).

As mudanças das glândulas mamárias já podem ser observadas desde o começo da gravidez, devido à produção e a concentração dos níveis dos hormônios estrógeno, progesterona e prolactina, esses hormônios durante a gravidez são responsáveis pelo desenvolvimento e crescimento das mamas para o processo de amamentação após o parto (ZUGAIB, 2008).

Por volta da quinta à oitava semana de gravidez já se tem o aumento e volume das mamas, os mamilos e aréolas se tornam pigmentados com uma cor acastanhada, no decorrer da gravidez há o aumento do volume sanguíneo, é visível também os tubérculos de Montgomery, e no último trimestre de gestação já pode ser notado o colostro (BARROS, 2015).

Após o nascimento do bebê é secretado o colostro, um líquido espesso, apresenta uma cor amarelada, com um alto valor nutricional, é o primeiro alimento que o recém-nascido precisa nos seus primeiros dias de vida, ele é produzido em poucas quantidades, mas o suficiente para alimentar o bebê e protegê-lo contra possíveis doenças, após alguns dias o colostro muda de cor (BRASIL, 2007).

A produção de leite após o parto é controlada com a ajuda da prolactina e outros hormônios, por isso o contato entre mãe e filho logo após o parto é importante

para que o bebê desenvolva e estabeleça seus reflexos de sucção, esse contato fará com que a mãe continue produzindo leite, promovendo assim uma pega correta da mama, o contato precoce de mãe e filho pode estar relacionada com uma maior duração do aleitamento materno exclusivo (CARVALHO; TAMEZ, 2005).

O leite materno é indiscutivelmente o alimento mais completo para a criança, nos primeiros seis meses de vida, com benefícios maiores aos leites artificiais. É rico em vitaminas, enzimas, minerais e com vantagens nutricionais, com capacidade de promover o crescimento, e pode ter influência no futuro desempenho escolar. Assim, práticas adequadas de amamentação produzem efeito positivo no vínculo afetivo entre mãe e filho (FROTA *et al.*, 2009).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (MS), o aleitamento materno deve ser exclusivo até seis meses e complementado até dois anos ou mais. O leite materno é um alimento ideal, que contém substâncias que são de grande importância nos primeiros meses de vida da criança, sendo assim não se tem vantagens em se começar a introdução de outros alimentos antes dos seis meses de idade, podendo assim causar danos à saúde da criança (BRASIL, 2009).

O poder que o leite materno exerce contra determinadas doenças é reconhecido há algum tempo. Alguns estudos mostram uma maior resistência contra, infecções, especialmente diarreias, otite média e doenças respiratórias nas crianças amamentadas, quando comparadas às crianças não amamentadas. Devido a sua grande habilidade protetora, o leite materno é capaz de reduzir os números de morbidade e a mortalidade nas crianças amamentadas (ACCIOLY; SAUNDERS; LACERDA, 2009).

Além disso, o aleitamento materno promove a saúde física e mental de mãe e filho, pois o leite materno possui facilidades, é um alimento que já se encontra pronto e na temperatura adequada para a criança. O aleitamento materno exclusivo para as mulheres que amamenta age como um contraceptivo natural, a mulher tem menor sangramento, o corpo e o útero voltam ao seu estado normal mais rapidamente, há a redução de incidência de câncer de mama e útero (MORAIS; FREITAS; NEVES, 2010).

Apesar das vantagens que a prática do aleitamento materno proporciona ao longo dos anos, essa prática vem sofrendo muitas modificações, fazendo com que as mulheres desistem da prática de amamentação, e nutrindo seus filhos com

leite artificial. Muitas mulheres não estão preparadas para amamentação, muitas vezes por falta de conhecimento ou pelas dificuldades encontradas na prática de aleitamento materno, isso pode influenciar diretamente na duração do aleitamento materno exclusivo, podendo levar ao desame precoce, essas dificuldades podem estar relacionadas tanto por parte da mulher e da criança (BARROS, 2015).

A prática e o manejo correto do aleitamento materno são de grande importância para que ocorra de forma eficaz a passagem do leite materno para a criança e o completo esvaziamento da mama, uma técnica adequada de amamentação é essencial para o seu sucesso, garantindo assim maior conforto e tranquilidade para mãe e a criança, prevenindo assim problemas mamários causados pela pega incorreta (LELIS, 2012).

“Apesar de a sucção do recém-nascido ser um ato reflexo, ele precisa aprender a retirar o leite do peito da mãe de forma eficiente. Quando o bebê pega a mama adequadamente, o que requer uma abertura ampla da boca, abocanhando não apenas o mamilo, mas também parte da aréola forma-se um lacre perfeito entre a boca e a mama, garantindo a formação do vácuo, indispensável para que o mamilo fique dentro da boca do bebê e produza uma sucção eficiente” (BRASIL, 2015, p.33).

Figura 1 – Técnica correta de amamentação



Fonte: SANTIAGO; SANTIAGO, 2014.

A criança deve ser amamentada numa posição que seja agradável para ela e para a mãe, que não cause dificuldade para a criança pegar a mama, assim com engolir e respirar livremente, a criança deve estar bem apoiada, com a cabeça e corpo alinhados, a mãe deve segurar a mama de maneira que a aréola fique livre dando um formato de C, ao sugar o peito à boca da criança deve estar bem aberta, com os lábios virados para fora, fazendo pega de grande parte da aréola e não somente o mamilo, a barriga e tronco do bebê devem estar bem próximos e voltados para a mãe, e o queixo encostado no seio da mãe (LUCAS, 2014).

Uma posição adequada da dupla mãe e filho é fundamental para o sucesso do aleitamento materno, pois promove o correto posicionamento da boca do bebê ao mamilo e a aréola. A pega e a sucção adequadas do bebê facilitam o esvaziamento da mama, levando ao aumento da produção do leite materno, com consequente nutrição da criança, sem gerar prejuízos físicos ou psicológicos à mãe (BRASIL, 2009).

A duração de cada mamada pode variar de criança para outra, a mãe deve oferecer uma mama de cada vez, com a finalidade de proporcionar o completo esvaziamento da mama, permitindo que o bebê possa receber o leite mais rico em gorduras, que é obtido no final da mamada (BARROS, 2015).

3 ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO

A atuação do profissional de enfermagem na assistência a mulher é de grande importância, especialmente durante a assistência do pré-natal. Durante esse período o profissional tem o importante papel de orientar sobre a importância do acompanhamento durante a gestação, por meio de promoção de saúde, e prevenção de possíveis complicações que poderá vir acontecer. As ações de educação durante o pré-natal para a promoção do aleitamento materno exclusivo podem ser realizadas por meio de grupos de gestantes, visitas domiciliares, palestras, e através das consultas individuais, momentos que se tornam cheios de conhecimentos, ideais para esclarecer as dúvidas e medos gerados pelas mulheres (ROMANCINI, 2015).

A realização de programas educativos ao longo de todas as fases do período gravídico é de grande importância, mas é durante o pré-natal que a mulher deve ser orientada para que ela possa vivenciar a gestação da melhor forma e ter menos risco de complicações no puerpério e mais sucesso no cuidar do bebê e do aleitamento materno exclusivo (DEMITTO *et al.*, 2010).

As orientações oferecidas no pré-natal são fundamentais para uma gestação tranquila e saudável, assim como na manutenção e duração do aleitamento materno, especialmente nos primeiros dias após o parto, é o momento que podem acabar surgindo às dificuldades, e as dúvidas sobre a forma correta de amamentar seu filho. Esses problemas podem relacionados com a falta de apoio e incentivo da prática de aleitamento, podendo se tornar um fator de risco para a mãe desmamar precocemente seu filho (DEMITTO *et al.*, 2010).

A gestante que é preparada ao longo do pré-natal, através de acompanhamento e orientações relacionadas ao período gestacional, parto e o puerpério, conseguirá passar por essas etapas com maior confiança, pois a falta de orientações e informações pode acabar gerando preocupações desnecessárias. As orientações realizadas pelos profissionais de saúde podem ter influências na decisão da mulher de amamentar a criança. Os profissionais de saúde com seus conhecimentos técnicos e práticos devem buscar solucionar os problemas, buscando formas de prevenir e ajudar a mulher a superar os problemas causados no período de aleitamento materno, fazendo com que a mulher sinta mais autoconfiante (RODRIGUES *et al.*, 2014).

O profissional de enfermagem deve saber identificar ao longo do pré-natal os saberes, as crenças, medos, mitos e as experiências familiares da gestante, com finalidade de promover e incentivar a educação em saúde para o aleitamento materno exclusivo, garantindo assim cuidado e eficácia durante a assistência a mulher no pré-natal e pós-parto, é essencial que o enfermeiro tenha um dialogo de forma clara e objetiva durante as orientações, incentivando, promovendo a prática de amamentar e destacando sobre a importância e as responsabilidades que a mulher tem sobre suas decisões (ALMEIDA; FERNANDES; ARAÚJO, 2004).

Estudos mostram que a educação e a preparação das gestantes, no início da gravidez para a amamentação têm efeitos positivos e contribui de forma significativa na duração do aleitamento materno exclusivo, principalmente entre primíparas. O acompanhamento durante o pré-natal é uma grande oportunidade para incentivar e encorajar as mulheres a amamentar aumentando sua confiança e conhecimento sobre a prática gestantes, bem orientadas serão mulheres mais confiantes da sua capacidade de amamentar (BRASIL, 2009).

O apoio dos serviços e dos profissionais de saúde é essencial para que o aleitamento materno tenha sucesso. No decorrer das ações educativas direcionadas à mãe e filho, devem sempre orientar e aconselhar as mulheres sobre os cuidados e a preparação que deve ter com as mamas durante a gestação e nos pós-parto, está sempre demonstrando as técnicas adequadas de amamentar, a pega e o posicionamento correto do bebê a mama, as possíveis complicações relacionada à pega incorreta do bebê, a desvantagens da introdução de leites artificiais, esclarecendo e desvendando os mitos que elas possuem, e sempre destacar sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante os seis meses e os benefícios que são ofertados para saúde de mãe e filho (BRASIL, 2015).

Os profissionais de saúde devem buscar promover e apoiar o aleitamento materno. É essencial que toda a equipe de saúde esteja atualizada a respeito dos conhecimentos sobre o aleitamento materno, que tenha habilidade com as técnicas e manejo da amamentação, bem como no processo de aconselhamento. O aconselhamento em amamentação envolve um relacionamento mais próximo entre o profissional e a mulher. É de grande importância que as mães sintam o interesse do profissional, que eles busquem entender os medos e as inseguranças, e com seus conhecimentos, tentar ajudar, assim elas se sentirão mais autoconfiantes, amparadas e fortalecidas diante das dificuldades encontradas (EUCYDES, 2005).

“Aconselhar não significa dizer à mulher o que ela tem que fazer; significa ajuda-la a tomar decisões, após ouvi-la, entende-la e dialogar com ela sobre os prós e contras das opções. Em outras palavras, o aconselhamento, por meio do diálogo, ajuda a mulher a tomar decisões, além de desenvolver sua confiança no profissional” (BRASIL, 2009, p. 26).

O conhecimento das técnicas de comunicação no relacionamento com a gestante é essencial, sendo uns dos métodos usados pelos enfermeiros na prática do aleitamento materno. A escuta ativa, ter o olhar atendo, o tom de voz e a empatia ajudam na troca de diálogo, levando a um aconselhamento mais preciso e efetivo para a prática de amamentação. Quando o profissional de saúde esclarece as dúvidas e soluciona os problemas, quando demonstra interesse em ajudar a mulher nas dificuldades encontradas, ele conquista a confiança da gestante e contribui para a segurança em relação a prática de amamentar (AZEVEDO *et al.*, 2015).

A falta de conhecimento sobre a importância do aleitamento materno, a introdução de líquidos antes dos seis meses e a falta de segurança materna podem acabar refletindo na duração do aleitamento materno. As orientações no pré-natal e no pós-parto são de grande importância para diminuição dos medos e das incertezas e para as ações de educação em relação às técnicas de amamentação, diminuindo assim os números de desmame precoce. O sucesso do aleitamento materno exclusivo requer apoio de familiares, amigos e profissionais de saúde, a educação e orientações são fundamentais para uma prática eficaz e duradoura (ZUGAIB, 2008).

Para que a prática do aleitamento materno seja efetiva, o profissional de saúde deve estar presente não somente no acompanhamento do pré-natal, mas também no período do puerpério, através das visitas domiciliares, pois é o período que a mulher se encontra frágil, com mudanças importantes no seu estado emocional, trazendo consigo as dúvidas, medos e frustrações, fatores que podem acabar interferindo na prática do aleitamento materno e no vínculo de mãe e filho. O acompanhamento e as orientações realizadas durante o pré-natal são de grande importância, entretanto o acompanhamento de perto no pós-parto permite ao profissional a capacidade de identificar de forma precoce os motivos que impedem um aleitamento materno eficaz e fatores que podem levar ao desmame precoce (ROMANCINI, 2015).

É importante que os profissionais de saúde criem um relacionamento de confiança com as gestantes e puérperas, pois dessa forma elas terão mais liberdade

de tirar as dúvidas, compartilhar seus sentimentos, medos e inseguranças, fazendo com que eles possam promover e planejar o cuidado de mãe e filho e diagnosticar possíveis problemas que podem está interferindo na duração do aleitamento materno (CARVALHO; CARVALHO; MAGALHAES, 2011).

4 DESAFIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO

Durante o processo de aleitamento materno podem aparecer algumas intercorrências mamárias, problemas estes que não identificados rapidamente e tratados podem contribuir para interrupção precoce da amamentação. Os profissionais de saúde, em especial o enfermeiro tem o papel de grande importância na prevenção dessas dificuldades encontradas pelas mulheres (BRASIL, 2009).

Tais problemas podem ter começo principalmente nos primeiros dias após o parto, e pode acabar influenciando a mulher na decisão de amamentar, por isso os primeiros dias após o parto são determinantes para a mãe e filho em relação à manutenção do aleitamento materno. Na presença das dificuldades e dos desconfortos que ocorrem no decorrer do aleitamento materno, as mulheres podem não conseguir seguir adiante com a prática de aleitamento, podendo ser observado como uns dos principais motivos para o desmame precoce (QUIRINO *et al.*, 2011).

Os problemas encontrados durante o processo do aleitamento materno podem está relacionado a cuidados inapropriados das mamas durante a gravidez e no puerpério, que podem causar complicações nas mamas, o que contribui para o desmame precoce. Outro fator importante que pode contribui para o aparecimento de traumas mamilares e para o insucesso do aleitamento materno seria técnicas incorretas da pega e posição inadequada da criança, dificultando o completo esvaziamento da mama, causando as lesões, dores e desconforto para a mulher (SILVA *et al.*, 2011).

Dentre as principais intercorrências mamárias que pode acabar interferindo e sendo um desafio para as mulheres continuarem no processo de aleitamento materno, algumas estão listadas abaixo.

4.1 INGURGITAMENTO MAMÁRIO

O ingurgitamento mamário é geralmente causado pelo esvaziamento inadequado da mama, longos intervalos entre as mamadas, sucção inadequada do bebê, podendo surgir nos primeiros dias após o parto, quando a lactação ainda esta sendo estabelecida, o leite fica concentrado na mama dando origem ao nome chamado de leite empedrado, portando é importante que o profissional saiba identificar, ingurgitamento fisiológico que é normal, do patológico. O ingurgitamento

fisiológico e discreto, o leite flui com mais facilidade, já o patológico a mama fica brilhante, áreas avermelhadas, edemaciadas, aumento do volume das mamas, a mulher pode sentir incomodo, podendo vim seguido de febre e indisposição ocorrendo à dificuldade na saída do leite (BRASIL, 2009).

Para o ingurgitamento mamário não se tornar algo mais serio, o profissional de saúde, deve orientar a mulher a amamentar o mais precoce possível de forma exclusiva e de livre demanda, esvaziando toda mama, pois o inicio da mamada o leite materno e rico em água para matar a sede da criança e o final da mamada e rico em gordura que fará com a criança ganhe peso, reduzir os intervalos entre as mamadas, orientar a mãe em relação aos cuidados com as mamas, a pratica da ordenha manual, evitar o uso de outros líquidos enquanto estiver em aleitamento materno exclusivo, essas são ações que ser tornam efetivas para prevenir a ocorrências do ingurgitamento mamário (ZUGAIB, 2008).

4.2 MAMILOS PLANOS OU INVERTIDOS

As maiores dificuldades das mulheres em amamentar podem esta relacionada aos mamilos planos ou invertidos, que podem acabar dificultando o começo do aleitamento, mas não obrigatoriamente impedem. Para a mulher que apresenta mamilos planos ou invertidos para ter sucesso na prática de amamentar é essencial que receba orientações para conseguir amamentar e não desmamar devido às dificuldades (BRASIL, 2015).

O profissional deve promover a segurança materna, transmitir para a mãe que a dificuldade pode ser superada e com o estímulo da sucção da criança os mamilos vão criando o formato que possibilitara a ela amamentar, ajudar a mãe na primeira mamada e orienta-la quando a pega e posicionamento correto do bebê, demonstrar as diferentes posições existentes para ver em qual se adequa melhor, fazer a ordenha da mama para retirada do leite quando a criança não sugar a mama de forma eficiente, isso ajudará na produção do leite deixando as mamas mais macias promovendo a pega correta e facilitando o aleitamento materno (BRASIL, 2009).

4.3 OBSTRUÇÃO DOS DUCTOS LACTÍFEROS

O bloqueio dos ductos acontece quando o leite materno é produzido numa determinada área e por alguma razão não é retirado de forma eficaz. Isso acontece quando a mama não tem seu completo esvaziamento, ocorre devido o aleitamento ser de forma irregular, ou quando há uma sucção inadequada da criança. O bloqueio pode acontecer também devido um determinado local sofre alguma pressão ou pelo uso de cosméticos nos mamilos (CORAZZA, 2008).

Essa obstrução pode vim acompanhada de pequenos nódulos sensíveis e dolorosos, apresentado vermelhidão, dor e calor no local acometido. Para prevenir a obstrução dos ductos lactíferos deve sempre deixar a criança esvaziar por completo a mama, posicionamento e pega correta, intervalos menores entre as mamadas, evitar o uso de cremes, pomadas nos mamilos, usar roupas que não cause pressão sobre a mama (GIUGLIANE, 2004).

4.4 MASTITE

A mastite é um processo inflamatório que ocorre na mama, que pode vim acompanhada de infecção ou não. Quando a mastite acontece na fase do aleitamento materno é chamado de mastite lactacional ou mastite puerperal, geralmente ela pode ocorrer entre a segunda e terceira semana após o parto. O diagnostico e tratamento inadequado pode acabar levando a um agravamento do problema, evoluindo para a ocorrência de abscessos podendo chegar a um quadro mais grave. O esvaziamento ineficaz das mamas devido o inadequado posicionamento da criança, os espaços muitos grandes entre as mamadas, aleitamento em horários pré-determinados e o uso de chupetas podem ser fatores para o desencadeamento do quadro de mastite (ZUGAIB, 2008).

No quadro de mastite a parte acometida pode ficar dolorida, avermelhada, quente e um pouco edemaciada, e em quadros mais graves pode vim acompanhado de febre alta, calafrios e mal-estar, a produção de leite pode fica prejudicado, havendo uma diminuição do volume do leite durante o quadro da mastite. O profissional deve trabalhar com ações preventivas e programas de apoio e incentivo ao aleitamento em livre demanda, promover o completo esvaziamento e a pega adequada da mama, e a prática da ordenha manual (GIUGLIANI, 2004).

O acompanhamento da puérpera pela equipe nos pós-parto é fundamental para tornar a prática do aleitamento materno em um momento

prazeroso para mãe e filho, para o esclarecimento de dúvidas, detecção e intervenção precoce dos problemas mamários, garantindo assim o início e manutenção do aleitamento materno exclusivo (SKUPIEN; RAVELLI; ACAUAN, 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O leite materno é um alimento pronto e adequado para todos os recém-nascidos, contém todas as substâncias e nutrientes necessários para o completo crescimento e desenvolvimento da criança nos seis primeiros meses de vida, além de promover o completo bem-estar de mãe e filho.

A amamentação é uma prática natural e efetiva. Uma prática cujo sucesso pode estar relacionado a fatores históricos, sociais, culturais e conhecimentos dos profissionais de saúde envolvidos na promoção e incentivo do aleitamento materno exclusivo.

O preparo para a amamentação deve ter início ainda no período de gestação, pois o pré-natal é o momento adequado para preparar as mulheres para a prática do aleitamento materno exclusivo, sendo um momento ideal para fornecer as orientações sobre as vantagens e benefícios do aleitamento. Portanto, a assistência e o incentivo à amamentação são de grande importância no pré-natal.

As mulheres, muitas das vezes por falta de incentivo e apoio, encontram dificuldades para o aleitamento materno exclusivo. E nesse momento que a atuação do profissional de saúde, no sentido de orientar e acompanhar as dificuldades fará toda a diferença, atuando no manejo do aleitamento, minimizando as dificuldades encontradas e evitando assim problemas durante a amamentação.

O acompanhamento da puérpera pelos profissionais de saúde nos pós-parto é de fundamental importância para tornar a prática do aleitamento materno em um momento prazeroso para mãe e filho, para o esclarecimento de dúvidas, detecção e intervenção precoce dos problemas mamários, garantindo assim o início e manutenção do aleitamento materno exclusivo.

E de suma importância a assistência do profissional durante o pré-natal e puerpério, a atuação de toda a equipe através da educação em saúde, orientações, grupos de gestantes, fará com que as mulheres vivenciem uma prática de aleitamento de forma mais tranquila, e que diante dos desafios enfrentados não seja um fator de risco para o desmame precoce.

REFERÊNCIAS

- ACCIOLY, E; SAUNDERS, C; LACERDA, E.M.A. **Nutrição em Obstetrícia e Pediatria**. Editora Cultura Médica: Guanabara Koogan: Rio de Janeiro, 2.ed, p.281-287, 2009.
- ALMEIDA, N.A. M; FERNANDES, A.G; ARAÚJO, C.G. **Aleitamento Materno**: uma abordagem sobre o papel do enfermeiro nos pós-parto. Revista Eletrônica de Enfermagem, v.06, n.03, p.358-367, 2004. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/835/983>. Acesso em 09 de outubro de 2017.
- AZEVEDO, A.R. R et. al. **O Manejo Clínico da Amamentação**: saberes dos enfermeiros. Escola Anna Nery Revista de Enfermagem. v.19, n.3, jul-set, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v19n3/1414-8145-ean-19-03-0439.pdf>. Acesso em 29 de Abril de 2018.
- BARROS, S. M. O. **Enfermagem Obstétrica e Ginecológica**: guia para a prática assistencial. Editora Roca: São Paulo, 2.ed, 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção a Saúde. **Promovendo o Aleitamento Materno**. Brasília. 2. ed. revisada, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção á Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da Criança. **Nutrição Infantil**: aleitamento materno e alimentação complementar. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção á Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da Criança. **Aleitamento Materno e Alimentação Complementar**. 2.ed.Brasilia: Ministério da Saúde, 2015.
- CARVALHO, J.K. M; CARVALHO, C.G; MAGALHÃES, S.R. **A importância da Assistência de Enfermagem no Aleitamento Materno**. Revista e-Scientia. v.4,n.2,p.11-20, 2011. Disponível em: <https://revistas2.unibh.br/index.php/dcbas/article/download/186/373>. Acesso em 30 de setembro de 2017.
- CARVALHO, M. R; TAMEZ, R. N. **Amamentação**: bases científicas. Editora Guanabara Koogan: Rio de Janeiro, 2.ed, 2005.
- CAMACHO, K. G et al. **Vivenciando Repercussões e Transformações de uma Gestação**: expectativas de gestantes. Ciência Enfermeria, v.16, n.2, p.115-125, 2010.
- CORAZZA, D. et. al. **Assistência de Enfermagem á Mastite Puerperal**. Revista Brasileira de Ciências e Saúde, v.6, n.16, 2008. Disponível em: http://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/376/189. Acesso em 05 de Maio de 2018.

DEMITTO, M.O. et al. **Orientações sobre Amamentação na Assistência Pré-natal:** uma revisão integrativa. Rev. Rene. v.11, Numero Especial, p. 223-229, 2010.

EUCYDES, M.P. **Nutrição do lactente:** base científica para uma alimentação saudável. Editora Metha: Minas Gerais, Viçosa, 3.ed, 2005.

FROTA, M.A. et. al. **Fatores que Interferem no Aleitamento Materno.** Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste-Rev. Rene, Fortaleza v.10, n.3, p.61-67, 2009. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/4813>. Acesso em 22 de Abril de 2018.

GIL, A.C. **Como elaborar projeto de pesquisa.** Editora Atlas: São Paulo, 5. ed, p.27-29,2010.

GIUGLIANE, E. R. J. **Problemas Comuns na Lactação e seu Manejo.** Jornal de Pediatria, v.80, n.5 (supl.), 2004. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/56218>. Acesso em 01de Maio de 2018.

LELIS, D.S.C. **Aleitamento materno exclusivo á criança até aos seis meses de idade:** avanços e desafios, Conselheiro Lafaiete Minas Gerais, 2012.

LEVY, L., BÉRTOLO, H. **Manual de Aleitamento Materno.** Comitê Português para a UNICEF/Comissão Nacional Iniciativa Amigos dos Bebês. ed. revista de 2008. Disponível em: http://www.unicef.pt/docs/manual_aleitamento.pdf. Acesso em 01 de novembro de 2017.

LOPEZ, F.A; CAMPOS JÚNIOR, D. **Tratado de Pediatria.** Sociedade Brasileira de Pediatria. Editora Manole: Barueri, São Paulo, 2.ed, 2010

LUCAS, F.D. **Aleitamento Materno:** posicionamento e pega adequada do recém-nascido, 2014. Lagoa Santa Minas Gerais, 2014.

MORAIS, T.C; FREITAS, P.X; NEVES, J.B. **Percepção das Primigestas Acerca do Aleitamento Materno.** Revista Enfermagem Integrada-Ipatinga: Unileste-Mg, v.3, n.2, nov/dez, 2010.

QUIRINO, L.S. et al. **Significado da Experiência de Não Amamentar Relacionado as Intercorrências Mamárias.** Cogitare Enferm, v.16, n.4, p.628-633, out/dez, 2011. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/download/21927/17049>. Acesso em 30 de Abril de 2018.

RODRIGUES, A.P.et al. **Fatores do pré-natal e do puerpério que interferem na auto eficácia em amamentação.** Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, v.18, n.2, p.257-261, abr/jun. 2014.

ROMANCINI, A.C. **Atuação do Enfermeiro no Manejo do Aleitamento Materno Exclusivo:** uma revisão integrativa. Fundação Educacional do Município de Assis-FEMA, 2015.

SANTOS, A. L; RADOVANOVIC, C. A.T; MARCON, S.S. **Assistência pré-natal: satisfação e expectativas.** Rev. Rene, v.11, Número Especial, 2010.

SILVA, I.M.D.et al. **Técnica da Amamentação:** preparo das nutrizes atendidas em um hospital escola, recife-pe. Rev. Rene, Fortaleza, v.12, n.esp, p1021-27, 2011. Disponível em: www.periodicos.ufc.br/rene/article/download/4406/3363. Acesso em 31 de Março de 2018.

SANTIAGO, L.B; SANTIAGO, F.G.B. **Aleitamento Materno:** técnicas, dificuldades e desafios. Residência Pediátrica, v.4, n.3, 2014. Disponível em: <http://residenciapediatria.com.br/detalhes/115/aleitamento-materno--tecnica--dificuldades-e-desafios>. Acesso em 22 de Abril de 2018.

SKUPIEN, S.V; RAVELLI, A.N. X; ACAUAN, L.V. **Consulta Puerperal de Enfermagem:** prevenção de complicações mamárias. Cogitare Enferm, v.21, n.2, p.01-06, abr/jun, 2016.

VIEIRA, B. D; PARIZOTTO. A. P. V. **Alterações psicológicas decorrentes do período gravídico.** Unoesc & Ciência-ACBS, Joaçaba, v.4, n.1, p.79-90, jan/jun, 2013.

ZUGAIB, M. **OBSTETRÍCIA.** Editora Manole: São Paulo, 1.ed, 2008.