

FACULDADE ATENAS

MARIELLA MARA DE MOURA SILVA

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO

Paracatu

2018

MARIELLA MARA DE MOURA SILVA

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO

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

Orientador: Prof. Msc. Márcen Estevão Mattos Júnior

Paracatu

2018

MARIELLA MARA DE MOURA SILVA

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO

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

Orientador: Prof. Msc. Márden Mattos

Banca Examinadora:

Paracatu – MG, 16 de Maio de 2018.

Prof. Msc. Márden Estevão Mattos Júnior
Faculdade Atenas

Prof^a. Msc. Rayane Campos Alves
Faculdade Atenas

Prof^a. Giovanna da Cunha Garibaldi de Andrade
Faculdade Atenas

Dedico primeiramente a Deus, pois tem sido ele a minha força maior, estando constantemente presente na minha vida. A todos vocês que fizeram parte da minha história de vida!

AGRADECIMENTO

Agradeço a Deus, principal razão de poder concluir este curso. A minha família, pela dedicação e compreensão que tiveram para que eu concluísse este curso. Agradecer a minha filha linda que sabem que tudo que eu faço é para ela. É lógico não esquecendo dos meus pais e irmã que sempre me dão palavras de apoio. Agradeço, em especial a todos os meus professores que passaram por minha vida, pois foram eles que me deram base para que eu pudesse concluir este curso. Foram vocês, professores da Faculdade Atenas que ensinam e tornam alunos em grandes profissionais. Ao meu professor orientador que esteve ao meu lado, me ajudando, exigindo para a conclusão deste. Foi você que me mostrou que podemos sempre dar o melhor de nós. De coração, muito obrigado a todos!

Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado.

(ROBERTO SHINYASHIKI)

RESUMO

O objetivo desse estudo tem como propósito de introduzir às lactentes conhecimentos básicos sobre o aleitamento materno. Mostrar às mães que a afinidade entre mãe e filho é maior que entre aquelas que a mamadeira substitui o seio. Esclarecer de forma detalhada, as vantagens do aleitamento materno e sua importância, pois o leite humano é produzido sob medida para as necessidades do bebê. Ensinar os princípios cuidados com os seios para evitar mamilos rachados e doloridos, empedramento dos seios (ingurgitamento e higiene dos seios antes e após as mamadas) e mostrar passo a passo maneiras possíveis, corretas e confortáveis para a mãe e o bebê na hora da amamentação. Desmistificar crenças e mostrar o que existe de verdadeiro a respeito do aleitamento materno.

PALAVRAS-CHAVE: Aleitamento materno. Importância. Orientação.

ABSTRACT

The aim of this study is to introduce basic knowledge about breastfeeding to infants. Show mothers that the affinity between mother and child is greater than between those that the bottle replaces the breast. Clarify in detail the advantages of breastfeeding and its importance, because human milk is produced tailored to the needs of the baby. Teach the principles of breast care to avoid cracked and sore nipples, sinewing (engorgement and breast hygiene before and after breastfeeding), and show step-by-step, correct and comfortable ways for the mother and baby at the time of breastfeeding. Demystify beliefs and show what is true about breastfeeding.

KEYWORDS: *Breastfeeding. Importance. Guidance.*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
1.1 PROBLEMA DA PESQUISA	11
1.2 HIPÓTESE OU PROPOSIÇÕES DO ESTUDO	11
1.3 OBJETIVOS	11
1.3.1 OBJETIVO GERAL	11
1.3.2 OBJETIVO ESPECÍFICO	11
1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO, RELEVÂNCIA E CONTRIBUIÇÕES	12
1.5 METODOLOGIA DO ESTUDO	13
1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO	13
2 A IMPORTÂNCIA DO PRÉ-NATAL	14
3 HISTÓRICO DA AMAMENTAÇÃO	19
4 A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO PARA O MELHOR DESENVOLVIMENTO DO BEBÊ	24
CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	28

1 INTRODUÇÃO

É de grande importância que o enfermeiro esteja próximo ajudando e orientando as mães nas primeiras mamadas do bebê, auxiliando estas mães para o aleitamento materno. Esse aleitamento tem que ser iniciado o mais precoce possível, de preferência imediatamente após o parto. A sociedade civil bem-estar Família no Brasil, 1997 (GIUGLIANI, 2000), notifica que houve um grande aumento nas taxas de aleitamento, mas, apesar desse aumento os vários benefícios já comprovados sobre o aleitamento materno e das várias ações ministeriais desenvolvidas, ainda assim a tendência ao desmame precoce continua sendo que o número de crianças amamentadas segundo OMS ainda é pequeno.

Sempre que se fala em “Aleitamento Materno”, muitas questões abrangem este tema, tanto na parte sociocultural, científica e legislativa, onde, influenciam as atitudes da nutriz com seu bebê. Por isso, a importância em estar informando estas mães faz grande diferença na sobrevivência da criança, pois, se esta estiver instruída corretamente, não terá problemas no desenvolvimento de seu filho, tanto mental e imunológico, fora o fortalecimento do vínculo mãe e filho, influenciando na personalidade, fazendo-a se sentir mais segura e amada pela família, crescendo mais feliz.

Uma das principais finalidades da amamentação é permitir que o bebê não seja imediatamente “desligado” de sua mãe. É necessário um progressivo e lento afastamento da criança do organismo que a gerou, para uma perfeita integração psicológica e social como o mundo. (MARTINS FILHO, 2002, p.4)

O enfermeiro deverá estar próximo auxiliando as mães nas primeiras mamadas do recém-nascido, para que o aleitamento materno seja iniciado o mais precoce possível, de preferência imediatamente após o parto.

É importante que o profissional de saúde possa se orientar sobre o uso de medicamentos, drogas, cigarro e álcool na lactação, torna-se útil o conhecimento dos fatores que determinam sua segurança nesse período. Tais fatores podem estar relacionados com o leite materno, com a mulher e com o lactente. Já outros fatores como a prótese de silicone não atrapalha a amamentação. (FERRAZ, 2003)

1.1 PROBLEMA

Qual a importância da enfermagem no alojamento conjunto para a puérpera e o recém-nascido no quesito amamentação?

1.2 HIPÓTESE OU PROPOSIÇÕES DO ESTUDO

Amamentar é uma escolha individual que se desenvolve dentro de um contexto sociocultural, influenciada pela sociedade e pelas condições de vida de cada mulher. Cabe portanto ao enfermeiro atuar como agentes de mudança, oferecendo informações convincentes, acompanhando e prestando assistência em todo o processo gravídico e puerperal. Precisamos estar bem preparados e dispostos a colaborar para o melhor esclarecimento sobre o aleitamento materno.

A princípio as hipóteses desta pesquisa foram o processo de lactação que se torna concreto no período puerperal onde a capacidade da mãe em amamentar se torna complicado por vários motivos desencorajadores e diante disso dificulta a qualidade e quantidade do leite materno, sendo de grande importância para o lactente. A mãe que ainda não está preparada fisicamente e psicologicamente pode entender esse fato como incapacidade, ela pode pensar que não consegue cuidar do seu próprio filho, conseqüentemente poderá causar a inibição da lactação dificultando o aleitamento do bebê, devido a sua ansiedade. Por isso essa mãe precisa ter ao seu lado um enfermeiro capacitado para orientá-la, no início do aleitamento ajudando-a na busca de soluções para suas dúvidas quanto ao aleitamento materno (UNICEF; IBFAN, 2002).

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a importância do aleitamento materno;

1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Entender a importância do pré-natal;
- b) Conceituar histórico da amamentação

- c) Verificar a importância da amamentação para o melhor desenvolvimento do bebê;

1.4 JUSTIFICATIVA DO ESTUDO, RELEVÂNCIA E CONTRIBUIÇÕES

Como acadêmica de Enfermagem, decidi fazer um trabalho capaz de promover e apoiar o direito da mulher de aprender e praticar a amamentação bem-sucedida. Através do esclarecimento, fazer uma evolução sociocultural gerando mudanças incessantes na organização e no pensamento feminino, revelando a amamentação como um ato de prazer e em uma harmoniosa interação entre mãe e filho.

O poder Público, as instituições e os empregadores propiciarão condições adequadas ao aleitamento materno, inclusive aos filhos de mães submetidas à medida privativa de liberdade (Lei nº. 8.069, de 13 de julho de 1990, Título II, Capítulo I, Art. 9º).

O trabalho possibilitará a representação e atuação das ideias e hipóteses reais sobre a amamentação às mães, levando conhecimento a todas de que dele necessitar, sugerindo uma proposta de parceria entre o setor de saúde e a comunidade, para construir conhecimento segundo as necessidades de seu desenvolvimento e quebrando paradigmas de ideias errôneas sobre o aleitamento materno. (FROTA, 2009)

No decorrer da vida acadêmica a questão do papel do enfermeiro na comunidade sempre esteve presente nas reflexões, a cada matéria, a cada estágio e aprendizado. A consciência do papel na sociedade ficou clara quando em um encontro familiar discutimos fatos comuns que acontecem no dia-dia das pessoas e como seria fácil de resolvê-los, o que mais chamou minha atenção foi sobre a amamentação, tema este que todos acreditam dominar quando na realidade o nível de obscuridade a cerca desse assunto é muito grande. O motivo que me levou a optar por este tema foi, a patologia ocorrida com minha tia, nas suas gestações, a qual, não foi orientada devidamente e teve mastite nos três aleitamentos, onde um ato de amor se transformava em um ato de dor.

1.5 METODOLOGIA DO ESTUDO

Com base no objetivo específico da pesquisa os recursos a serem utilizados para desenvolvimento de tal estudo será pautado em matérias já devidamente elaboradas, com sustentação teórica suficiente para embasar um bom trabalho. A revisão bibliográfica de diversos autores, artigos publicados sobre a matéria.

Desta forma, a pesquisa será classificada como bibliográfica visando à profunda exploração de tais matérias e a constatação da correta, de acordo com o autor Gil (2007, p. 59) “A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”.

Assim, o procedimento técnico a ser utilizado é o da pesquisa bibliográfica, pautada em uma vasta revisão bibliográfica, como artigos científicos, livros diversos, periódicos, legislação e jurisprudência, tudo diretamente ligado à pesquisa com o objetivo exploratório, as variadas teses utilizadas pelos doutrinadores, e rumo das argumentações e fundamentações.

1.6 ESTRUTURA DO TRABALHO

No primeiro capítulo de uma forma geral foi abordada a introdução do estudo com base no projeto de pesquisa anteriormente elaborado, com o problema da pesquisa, a hipótese, os objetivos geral e específico, a justificativa, a metodologia do estudo e a estrutura do trabalho.

Segundo capítulo fala sobre a importância do pré-natal, na gestação, a mulher tem garantida a realização de exames laboratoriais de rotina.

No terceiro capítulo fala sobre a importância da amamentação, amamentar também ajuda a prevenir a osteoporose, câncer de mama, de ovário e de útero.

Já no quarto capítulo fala sobre assistência ao pré-natal, ao parto e ao puerpério compreende um conjunto de procedimentos que visam acompanhar os processos fisiológicos, naturais e espontâneos.

No quinto e último capítulo apresenta as considerações finais, demonstrando o caráter exemplificativo sobre o aleitamento materno.

2 A IMPORTÂNCIA DO PRÉ-NATAL

Ao se fazer um breve histórico sobre a amamentação, percebe-se que esta prática é tão antiga quanto à civilização humana. Trata-se de um fenômeno sociocultural e não somente biológico. Hipócrates declarou que somente o leite da mãe tem inúmeros benefícios para o bebê e que os demais leites são perigosos. Publicações européias no final do período medieval e início da era moderna também exaltam importância de amamentar (BOSI e MACHADO, 2005).

O leite materno, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) possui vários componentes e mecanismos capazes de proteger a criança de diversas doenças e, ao mesmo tempo, contribuir para o desenvolvimento de sua imunidade. Daí surge a importância de incentivar a amamentação e todos os anos definem o tema a ser explorado e lançar materiais que são traduzidos em 14 idiomas.

Graças a pesquisas de âmbito nacional, é possível constatar que desde a implantação do Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno no início da década de 80, os índices de aleitamento materno no país vem aumentando gradativamente, mas ainda se encontram além do considerado satisfatório (BRASIL, 2009 p. 17).

A amamentação é um ato que auxilia o contato físico entre mãe e filho, estimulando pele e sentidos. Por isso o profissional deve orientar essa mãe para que esse ato seja iniciado o mais precoce possível. Quando a amamentação é feita com amor, carinho, e sem pressa, o bebê sente o conforto de ver suas necessidades satisfeitas, assim como o prazer de estar nos braços da mãe, de ouvir sua voz, sentir seu cheiro, perceber seus embalos e carícias. Sendo este um ato de ligação muito forte entre mãe e filho, um contato íntimo tanto pele a pele como também olhos nos olhos, possibilitando ambos a sentirem um grande amor nesse momento, um amor que só aumenta a cada mamada construindo um vínculo, uma base firme, amor incondicional, entre mãe e filho para sempre.

Sendo assim, o contato pele a pele acelera uma série de eventos hormonais que influenciam a relação mãe e bebê. O toque, o odor e o calor fazem com que a mãe libere ocitocina, através do estímulo do nervo vago. Também conhecida como hormônio do amor a ocitocina é um hormônio produzido naturalmente pelo corpo da mulher, devido ao estímulo de sucção do bebê durante a amamentação. São

inúmeras as vantagens do aleitamento materno para a criança, tanto nos aspectos psicológicos como também sua influência no crescimento, funções fisiológicas da criança e na prevenção de doenças. Pois o leite materno promove o crescimento de microrganismo (lactobacilos) no intestino da criança por fermentar o açúcar do leite (lactose), tornando as fezes mais frequentes e menos consistentes, principalmente nas duas primeiras semanas de vida.

Pré-natal ou assistência pré-natal é o conjunto de ações de atenção médica e de enfermagem que se fazem no período em que a mulher encontra-se grávida, visando uma melhor condição de saúde tanto para ela como para o seu bebê, evitando a morte e o comprometimento físico de ambos. A assistência ao pré-natal, ao parto e ao puerpério compreende um conjunto de procedimentos que visam acompanhar os processos fisiológicos, naturais e espontâneos.

O principal objetivo da assistência pré-natal é acolher a mulher desde o início de sua gravidez, período de mudanças que cada gestante vivencia de forma distinta. Essas transformações podem gerar medos, dúvidas, angústias, fantasias ou simplesmente a curiosidade de saber o que acontece no interior de seu corpo.

"(...) a gravidez não é doença, mas acontece num corpo da mulher inserida em um contexto social em que a maternidade é vista como uma obrigação feminina. Além de fatores econômicos, a condição de subalternidade das mulheres interfere no processo de saúde. Proporcionar um acolhimento adequado a gestante através de uma boa interação, conversando, ouvindo com interesse, valorizando atitudes ou ações conducentes à saúde e envolvendo o parceiro e a família." (GALLETA, 2006, p.6).

Em geral, a consulta de pré-natal envolve procedimentos bastante simples, devendo o enfermeiro se dedicar a escutar as demandas das gestantes, transmitindo nesse momento o apoio e a confiança necessária para que ela se fortaleça e possa conduzir com mais autonomia a gestação e o parto. Gestantes constituem o foco principal do processo de aprendizagem, porém não se pode deixar de atuar, também, entre os companheiros e familiares. A enfermagem desenvolve ações com o objetivo de promover a saúde no período reprodutivo, prevenir a ocorrência de fatores de risco; resolver ou minimizar os problemas apresentados pela mulher, garantindo-lhe a aderência ao acompanhamento.

Assim, quando de seu contato inicial para um primeiro atendimento no P.S.F. (programa de saúde da família) precisa ter suas necessidades identificadas e resolvidas, tais como, dentre outras; a certeza que está grávida, o que pode ser

comprovado por exame clínico e laboratorial, inscrição registra no pré-natal marcação de nova consulta com o retorno no pré-natal e encaminha ao serviço de nutrição, odontologia e outros, como psicologia e assistência social, quando necessários.

“(...) está demonstrado que a adesão das mulheres ao pré-natal está relacionada com a qualidade da assistência prestada pelo serviço e pelos professores de saúde, o que em última análise, será essencial para redução dos elevados índices de mortalidade materna e perinatal verificados no Brasil” (GALLETA, 2002, p.1).

Durante todo esse período, a enfermagem pode minimizar-lhe a ansiedade e/ou temores fazendo com que a mulher, seu companheiro e/ou família participem ativamente do processo, em todos os momentos. Ressalta-se, que as ações educativas devem ser prioridades da enfermagem. No período de pré-natal, os conteúdos educativos importantes para serem abordados, desde que adequados às necessidades da gestação são: Pré-natal e cartão da gestante, objetiva e etapas, ouvindo as dúvidas e ansiedades das mulheres.

Desenvolvimento da gravidez apresentando as alterações emocionais, orgânicas e da autoimagem hábitos saudáveis como alimentação e nutrição. Higiene corporal e dentária, atividades físicas, sono e repouso, vacinação um bom relacionamento afetivo e sexual, direitos da mulher grávida / direitos reprodutivos no serviço de saúde, no trabalho e na comunidade, identificação de mitos e preconceitos relacionados à gestação, parto e maternidade, esclarecimento respeitosos, vícios e hábitos que devem ser evitados durante a gravidez, preparando para a amamentação.

Os tipos de parto para facilitadores do preparo da mulher. Preparo psíquico e físico para o parto e maternidade, início do trabalho de parto, etapas e cuidados. É competência da equipe de saúde acolher a gestante e a família desde o primeiro contato na unidade de saúde ou na própria comunidade. Recomenda-se utilizar, estratégias, como a escuta aberta, sem julgamento e sem preconceito e o diálogo franco, permitindo à mulher falar de sua intimidade com segurança, expressar suas dúvidas e necessidades, possibilitando assim o estabelecimento e o fortalecimento do vínculo profissional – cliente.

Segundo o autor Rezende Montenegro os cuidados de pré-natal devem ser iniciados desde que a mulher suspeite da gravidez, pois quanto mais precoce a

procura, melhores os resultados alcançados em se ter uma boa gestação. Na primeira consulta deve ser determinado: Data da última menstruação para o cálculo da idade da gestação e da época provável do parto; Peso e pressão arterial; O toque vaginal no 1ª trimestre; A palpação abdominal, após o 1ª trimestre no fundo do útero. A ausculta do pulso fetal, no decorrer de 10 a 12 semanas, será utilizado o sonar-Doppler e com cerca de 20 semanas o estetoscópio Pinard.

Na gestação, a mulher tem garantida a realização de exames laboratoriais de rotina, dos quais os mais comuns são: hemograma completo (dosagem de hemoglobina, hematócrito, leucócitos).

“(…) os exames que podem ser realizados no 1º e 3º trimestre de gravidez, objetivam avaliar as condições de saúde da gestante, quando a detecção, prevenindo seqüelas, complicações e a transmissão da doença ao RN, possibilitando, assim a gestante seja precocemente tratada de qualquer anormalidade que possa vir a apresentar” (GALLETA, 2006, p.2).

Asseio corporal: O banho indicado na gestação é o banho diário de chuveiro. As mamas e os mamilos podem ser utilizados cremes emolientes para retirar secreções aí depositadas. A extração dentária pode ser realizada, evitando precaução, como anestésicos com adrenalina.

Vestuário: As roupas devem ser confortáveis e compatíveis com o clima. Os sapatos de salto alto devem ser evitados pelo equilíbrio alterado que apresenta a deambulação da gestante.

Trabalho: A atividade doméstica ou profissional não exagerada é permitida.

Esportes: As atividades de risco extremo de queda ou trauma abdominal serão evitadas na gravidez. Está proibido o mergulho em profundidade que exija descompressão, porque causa abortamento, parto pretermo. Mulheres aquelas com complicações médicas ou obstétricas devem ser avaliadas antes que se recomende o exercício. Mulher com diabete gestacional pode beneficiar das atividades físicas.

Fumo e álcool: o tabagismo é o consumo de cigarros superior a 10 por dia, causa hipodesenvolvimento fetal, elevando a mortalidade perinatal. É proibida de fumar. O alcoolismo determina malformações congênitas (microcefalia, desenvolvimento intelectual retardado). O etilismo leve ou moderado é também ominoso e prudente a abstenção de álcool durante todo o ciclo gestativo, vez que passa ao leite materno e pode condicionar intoxicação ao lactante.

Vacinação: as vacinações devem ser evitadas nas mulheres grávidas.

Permitidas quando indispensáveis, as que utilizam o vírus inativado [tifo, cólera, gripe, pólio (salk), raiva]. Não há contra-indicação para a imunização passiva [difteria, tétano, globulina humana, hiperimune (sarampo, varicela)].

Vitaminas (exceto o ácido fólico). A hipervitaminose D pode determinar hipercalcemia importante no concepto. O excesso de vitamina K condiciona hiperbilirrubinemia fetal. A suplementação vitamínica não compensa as deficiências alimentares.

Ferro e ácido fólico: a gravidez impõe solicitações acentuadas no sistema hematológico materno, tendo o ferro expressão maior na síntese da hemoglobina. A quantidade que o feto necessita é de 300mg, o indispensável para o acréscimo da eritropoese materna e a prevenção da anemia às perdas hemorrágicas do pós-parto.

O ferro materno é armazenado na medula óssea. É recomendável que toda mulher grávida receba ferro, o sal ferro é mais bem absorvido; que deve ser continuada após o parto, para recompor as reservas maternas, até o término da lactação ou por dois a três meses nas não-lactantes.

Cálcio: o desenvolvimento do esqueleto fetal durante a gravidez requer maior quantidade de cálcio, cerca de 50%, o que se acentua durante a lactação.

Dieta: tem que ser hiperproteica, hipoglicídica e hipolipídica. Os alimentos mais importantes: leite e seus derivados provêm as necessidades de cálcio e de vitamina D, a carne, de qualquer espécie, legumes cozidos, verduras cruas e frutas frescas.

3 HISTÓRICO DA AMAMENTAÇÃO

Ao se fazer um breve histórico sobre a amamentação, percebe-se que esta prática é tão antiga quanto à civilização humana. Trata-se de um fenômeno sociocultural e não somente biológico. Hipócrates declarou que somente o leite da mãe tem inúmeros benefícios para o bebê e que os demais leites são perigosos. Publicações européias no final do período medieval e início da era moderna também exaltam importância de amamentar (BOSI e MACHADO, 2005). O leite materno, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) possui vários componentes e mecanismos capazes de proteger a criança de diversas doenças e, ao mesmo tempo, contribuir para o desenvolvimento de sua imunidade. Daí surge a importância de incentivar a amamentação e todos os anos definem o tema a ser explorado e lançar materiais que são traduzidos em 14 idiomas.

Graças a pesquisas de âmbito nacional, é possível constatar que desde a implantação do Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno no início da década de 80, os índices de aleitamento materno no país vem aumentando gradativamente, mas ainda se encontram além do considerado satisfatório (BRASIL, 2009 p. 17).

A amamentação é um ato que auxilia o contato físico entre mãe e filho, estimulando pele e sentidos. Por isso o profissional deve orientar essa mãe para que esse ato seja iniciado o mais precoce possível. Quando a amamentação é feita com amor, carinho, e sem pressa, o bebê sente o conforto de ver suas necessidades satisfeitas, assim como o prazer de estar nos braços da mãe, de ouvir sua voz, sentir seu cheiro, perceber seus embalos e carícias. Sendo este um ato de ligação muito forte entre mãe e filho, um contato íntimo tanto pele a pele como também olhos nos olhos, possibilitando ambos a sentirem um grande amor nesse momento, um amor que só aumenta a cada mamada construindo um vínculo, uma base firme, amor incondicional, entre mãe e filho para sempre.

Sendo assim, o contato pele a pele acelera uma série de eventos hormonais que influenciam a relação mãe e bebê. O toque, o odor e o calor fazem com que a

mãe libera ocitocina, através do estímulo do nervo vago. Também conhecida como hormônio do amor a ocitocina é um hormônio produzido naturalmente pelo corpo da mulher, devido ao estímulo de sucção do bebê durante a amamentação. São inúmeras as vantagens do aleitamento materno para a criança, tanto nos aspectos psicológicos como também sua influência no crescimento, funções fisiológicas da criança e na prevenção de doenças. Pois o leite materno promove o crescimento de microrganismo (lactobacilos) no intestino da criança por fermentar o açúcar do leite (lactose), tornando as fezes mais frequentes e menos consistentes, principalmente nas duas primeiras semanas de vida.

O aleitamento materno é tema de relevância mundial, uma vez que a Organização Mundial da Saúde recomenda que as mães mantenham o leite materno até os bebês atingirem a idade de 2(dois) anos ou mais, complementando com uma alimentação saudável, sendo exclusivamente até o 6º (sexto) mês de vida. Tal relevância deve ser prioridade não apenas dos governos, mas da sociedade como um todo, prezando por um objetivo que conscientizará o aleitamento. É importante apoiar e incentivar essa prática. Deve caracterizar-se como um dos itens dos direitos humanos. As descobertas pela ciência e difundidas na sociedade não tem sido suficiente para garantir a mudança de valores culturais e capaz de reverter à tendência do desmame precoce.

Era preciso haver uma política nacional de incentivo ao aleitamento materno na rede de atenção básica, pois é na atenção básica que se dá o maior contato da gestante, da puérpera e da lactante com o sistema de saúde. Era preciso capacitar à rede básica para acolher e oferecer assistência qualificada a essas mulheres, bebês e suas famílias. Era preciso uma estratégia que complementasse e se articulasse com os demais componentes da Política Brasileira de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno (BRASIL, 2011 p. 6).

Apesar das vantagens do aleitamento materno haver evidencias científicas solidas para a saúde da criança e estarem bem sucedidas, a literatura ressalta que o desmame vem ocorrendo cada vez mais precocemente, sedo assim, o interesse dos pesquisadores vem despertando em detectar as causas de desmame e fatores de riscos a esse respeito. O desmame acontece principalmente quando as mães deixam de amamentar seus filhos, muitas só amamentam seus bebês durante quatro ou seis meses de vida, isso acontece na maioria das vezes porque essas mães mudam para a alimentação artificial muito cedo, quando o bebê ainda tem poucas

semanas de vida. De fato esses e outros fatores contribuem para o desmame podendo com o passar dos tempos, trazerem dificuldades para essas crianças.

Para o desmame precoce destacam-se algumas causas que são: a falta de conhecimento pela parte da mãe a respeito das vantagens do aleitamento natural; falta de experiência pelas mães adolescentes; outra causa são os fatores socioculturais; introdução de mamadeiras e chupetas; falta do apoio familiar na prática da amamentação; algumas dificuldades técnicas no ato de amamentar (como a forma certa de segurar o bebê, a pega do bebê no peito que necessita abocanhar toda aréola); doenças na mama (motivo em que a mãe deixa de amamentar seu filho); vários outros fatores estão relacionados para o desmame precoce.

A maior recompensa (...) da amamentação é o contato íntimo, frequente e prolongado entre mãe e filho, que, além de ser por si só muito gratificante para ambos, resulta num estreito e forte laço de união entre eles. A conseqüente maior ligação mãe-filho na amamentação possibilita melhor compreensão das necessidades do bebê, facilitando o desempenho maternal. Além disto, a amamentação ajuda a transição gradual de bebê dentro e fora da barriga, importante para o bebê e para a mãe (LANA, 2001, p. 143).

Segundo Lana (2001) o amor de mãe e filho é algo semelhante, não por natureza, mas é algo constituído entre ambos aos poucos, a cada contato. E também a qualidade destes contatos poderá ter influência na vida da do bebê, favorecendo o relacionamento da criança com outras pessoas através do seu crescimento, com o passar do tempo surgem às descobertas e é através desses contatos que a criança descobre a sua capacidade de ser feliz. Entretanto, isso não significa infelicidade para a criança que não foi amamentado, pois a indisposição de uma mãe culpada, deprimida, com a ansiedade a flor da pele, nenhum bebê é feliz sendo amamentado por uma mãe assim, olhando fisicamente o bebê estará bem nutrido, porém, emocionalmente não. Portanto é importante que o enfermeiro possa criar meios de incentivo as mães para que possam amamentar com alegria e tranquilidade os seus filhos.

Existem fatores que influenciam a contrapartida positiva da amamentação materna. Para o aumento das taxas de amamentação e para o retorno desse ato quando abandonado estudos apontam intervenções com evidencias, assim como os meios indicados incluem visitas domiciliares, aconselhamento individual, programa de atenção humanizada de agentes da comunidade, programas educativos e

suporte familiar durante o pré-natal e o puerpério, e outros meios que ajudarão a mãe no incentivo ao aleitamento materno. Também ajudará a mãe a reduzir o peso gestacional mais rápido, a protege contra câncer na mama e ovário, entre outros fatores que serão evitados através da prática de amamentar. São inúmeros fatores que influenciarão para o sucesso da amamentação e bem estar da mãe.

No Brasil em 1976, o Ministério da Saúde criou o Comitê Nacional de Aleitamento Materno, resgatando a amamentação exclusiva. Em 1977 o Comitê Nacional de Aleitamento Materno recomendou o alojamento conjunto de mães e bebês para que permanecessem juntos nos quartos de hospitais. A atividade de incentivo ao aleitamento materno aconteceu no início de 1980 de forma isolada e envolviam o setor saúde. No ano de 1981 foi criado o Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno (PNIAM). O Ministério da Saúde passou a ser o órgão responsável pelo planejamento e apoio ao aleitamento natural no país, sendo ações de promoção e proteção. Evitando a alimentação complementar precoce e proporcionando apoio na maternidade para o ato de mamentar.

Muitas mães param de amamentar ou nem consigam iniciar a amamentação, por falta de incentivo e orientação, devido a questões que envolvem tanto problemas físicos, emocionais ou socioeconômicos não esclarecidos no período gestacional, a falta de capacitação dos profissionais de saúde e até mesmo as estruturas físicas das instituições de saúde. Em 1990 em Florença na Itália, o Fundo das Nações Unidas par a Infância (UNICEF) e a Organização Mundial de Saúde (OMS) produziram um documento intitulado “Aleitamento Materno na Década de 90: Uma iniciativa Global”, chamado de Declaração de Innocenti. A Organização Pan-Americana de Saúde e o Ministério da Saúde recomendam exclusividade para que os bebês sejam alimentados pelo leite da mãe até os 6(seis) meses e que a amamentação continua acontecendo, junto com outros alimentos, por até dois anos ou mais.

Através do leite materno a criança é protegida contra infecções, problemas intestinais e alergias também auxiliam no ganho de peso mais rápido, sendo crianças mais saudáveis. É inquestionável que o aleitamento materno é fundamental e exclusivo em livre demanda desde a sala de parto até o 6º(sexto) mês, podendo esta alimentação ser continuada, estendendo-se até os 2(dois) anos ou mais. Trás grandes benefícios para a criança e para a mãe sócio-econômico-culturais, fisiológicos, psicológicos e outros. O aleitamento materno auxilia na diminuição de

doenças como colesterol alto, diabetes, hipertensão e obesidade. Diversas Salas de Apoio à Amamentação têm sido implantadas no país. Uma delas foi instalada na sede da Representação no Brasil da OPAS/OMS, em Brasília.

Durante a Semana Mundial do Aleitamento Materno espaço foi inaugurado de 1 (primeiro) a 7 (sete) de agosto em 2015, em mais de 170 países foi celebrada para a amamentação ser estimulada e melhorar a saúde de crianças ao redor do mundo. Segundo o ministério, o leite materno é tudo o que o bebê precisa até os seis meses. É um alimento de fácil digestão que funciona como vacina, protegendo a criança contra doenças. O hábito foi trazido para o Brasil pelas européias de não amamentar seus filhos, deixando essas tarefas para as índias. Por sua vez, essas tinham uma grande rejeição em doar o seu leite para amamentar os filhos de outras mães. Porém, essa situação foi mudada com a chegada das negras escravas nos séculos XVII e XVIII, que passaram a amamentar os bebês das sinhás, tornando-se amas de leite.

4 A IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO PARA O MELHOR DESENVOLVIMENTO DO BEBÊ

No decorrer da gestação a futura mamãe, depara-se com muitas dúvidas, medos e ansiedades. A maioria das mães primíparas tem receio de amamentar, pois acham que seus seios irão ficar flácidos, caídos e estriados, portanto por uma questão de estética privam seus bebês de um contato afetivo, de seus nutrientes e defesas. Sendo assim, deve-se focalizar a tradição cultural, hábitos, crenças, e tabus, delimitando os principais mitos e crenças a fim de mostrar para suas mães os limites entre o conhecimento empírico e o científico.

Depois do cordão umbilical a próxima ligação direta que o R.N. tem com a mãe é o bico do seio, através da amamentação, sendo ela fundamental para desenvolver segurança, afeto, carinho e amor, este vínculo afetivo facilita o desenvolvimento da criança e o seu relacionamento com as outras pessoas; sem dúvida o leite materno é o melhor alimento para o bebê, pois foram especialmente projetadas para satisfazer os aspectos “Nutricionais-Vínculo-Estimulação-Imunidade”, todas estas necessidades inadiáveis do recém-nascido. Estas necessidades nenhum alimento substituto consegue satisfazer de forma tão completa quanto o leite materno.

Um dos aspectos mais importantes do relacionamento mãe e filho, é o que se refere ao *olhar* que estabelece entre ambos. A o olha da cabeça aos pés e o possui através desse olhar; o bebê primeiro olha o seio depois o rosto materno e, além de tudo, se sente também olhado adquirindo assim a primeira experiência como pessoa. Através da expressão da fisionomia materna ele sentirá confiança e segurança que todo filho deposita em sua mãe. (LAMARE, 1986, p.35).

A sucção tem um papel muito importante no desenvolvimento ósseo-muscular e no equilíbrio do posicionamento das arcadas e da língua do recém-nascido. Ao colocar o bebê no seio materno, ele abocanha tanto o bico quanto a auréola, comprimindo com a sua língua o seio contra o céu da boca, provocando a saída do

leite. A sucção estimula a mandíbula para frente e para trás, para cima e para baixo, a língua faz um movimento também de frente para trás para jogar o leite para a garganta ocorrendo uma contração nos lábios e uma estimulação para o bebê respirar pelo nariz, pois, não solta o peito enquanto mama.

O leite materno é feito sobre a medida para o bebê, sai na temperatura certa e com componentes exatos pra suprir todas as necessidades do bebê; o calor do corpo da mãe e o contato com o seio substituem o calor que o bebê tinha quando estava dentro da barriga. Amamentado ao seio, o bebê com certeza será muito mais sadio e inteligente. Uma outra vantagem para a criança que amamentada no seio é que ela previne qualquer alteração que possa vir a existir no crescimento e desenvolvimento em nível de uma inadequação e/ou incoordenação dos músculos envolvidos nas funções de sucção, deglutição, mastigação, e respiração. Estas desordens podem acarretar também alterações na produção dos sons da fala; falar colocando a língua pra fora da boca, respirar pela boca, desenvolver gagueiras ou outras diversas alterações que possam ocorrer. É evidente que leite humano é muito diferente do leite adaptado.

O leite materno contém todas as proteínas, açúcares, gordura, vitaminas e água que os bebês necessitam para ter uma vida saudável. Além disso, contém determinados elementos que o leite artificial não consegue incorporar, tais como anticorpos e glóbulos brancos. É por isso que o leite materno protege o bebê de certas doenças e infecções como otites, alergias, vômitos, diarreias entre outras doenças. Outras vantagens do leite materno para o bebê: melhora o desenvolvimento mental do bebê e é mais facilmente digerido.

Segundo o Dr. Rinaldo de Lamare (1986, p.71), "O recém - nascido pode ser levado ao seio imediatamente após o nascimento, quando as condições maternas e dele forem satisfatórias". Amamentar ela libera hormônios que a relaxa; sendo assim praticar este ato logo após o parto ajuda a diminuir o sangramento e o risco de infecção, faz o útero voltar mais rapidamente ao seu tamanho normal; permite que a mãe volte ao seu peso anterior mais facilmente, pois, a gordura adquirida durante a gravidez é usada na produção do leite. Por todos esses benefícios a mãe é liberada para o convívio social mais cedo.

Além disso, amamentar também ajuda a prevenir a osteoporose, câncer de mama, de ovário e de útero. É comum que algumas mulheres tenham dificuldade de amamentar devido ao desconforto e à dor causados por rachaduras e fissura que

surgem nos mamilos. Apesar disso, algumas mães não amamentam seus filhos, seja por razões médicas ou pessoais. Algumas doenças como o HIV e Hepatite B, que são transmitidas por fluidos corporais, podem ser passadas pelo leite materno e desta forma não deve ser feita a amamentação nesses casos.

Atualmente, a mãe não deve amamentar só em situações muito especiais e raras: tuberculose em atividade, em mãe com presença de bacilo da tuberculose; mães com problemas psiquiátricos graves podem contra-indicar a amamentação, mas um psiquiatra deverá ser consultado; mãe com problemas de saúde grave, infecciosos ou não; uso de antibiótico ou de outros medicamentos, desde que escolhidos adequadamente, regra (fluxo menstrual) etc. não contra-indica o aleitamento materno.

O leite materno é fonte completa de nutrientes para o lactente amamentado exclusivamente no seio materno até os seis meses de vida. A composição química do leite materno atende também às condições particulares de digestão e do metabolismo neste período de vida de recém-nascido.

É impossível falar da importância da amamentação sem destacar o modo correto de se amamentar, pois a posição ajuda a mãe não sentir dores, não ficar incomodada e relaxada passando segurança para o bebê; e quanto à criança, ela não corre o risco de engasgar, fica mais fácil para sugar e evita que o leite escorra para o pavilhão auricular. A posição do bebê deve ser a mais confortável possível, principalmente a da mãe, mas é importante destacar que a criança deve ficar com a cabeça ligeiramente mais elevada, encostando todo o seu corpo no corpo da mãe, ou seja, encostar a barriguinha do bebê na barriga da mãe.

Desta maneira evita-se que o leite escorra para o ouvido, causando dores de ouvido frequentes, o que pode prejudicar o desenvolvimento da audição e conseqüentemente da linguagem. Ao amamentar, a mãe, além de suprir as necessidades afetivas dele; porque permanece mais tempo com ele num contato íntimo no qual a mãe acaricia e fala com o bebê, estimula um desenvolvimento saudável. Além de todo esse carinho, a amamentação ainda proporciona benefícios de extrema importância para a mãe, e também para o bebê.

A sociedade já tentou adaptar o leite de vaca e outros (cabra, jumenta) às necessidades do filho do homem que por sinal, não totalmente diferentes das necessidades dos filhotes dos animais para quais estes leites são produzidos; (vale lembrar que o desenvolvimento do ser humano é diferente do de um animal). A

industrialização colocou estes leites (hoje em dia, praticamente todos os leites de lata são leite de vaca) ao alcance do mundo todo e vendeu para a espécie humana o leite de outra espécie de animal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A amamentação exclusiva acarreta vários benefícios físicos e psíquicos tanto para a mulher como para o lactente. Apesar de demonstrados cientificamente os benefícios decorrentes do ato de amamentar, e a importância da amamentação exclusiva até os seis meses do lactente, torna-se difícil para a trabalhadora continuar amamentando por todo o período, tendo em vista que a legislação brasileira prevê apenas quatro meses de licença-maternidade.

A ruptura precoce do vínculo entre a mãe e o infante causa vários transtornos emocionais e físicos em ambos, os quais serão refletidos no mercado de trabalho, inclusive, causando déficit na produtividade da trabalhadora.

Com o aumento do período da licença-maternidade de quatro para seis meses, conforme o projeto de Lei que se encontra em análise no Legislativo, todos os benefícios decorrentes do ato de amamentar serão ampliados tanto para a mulher como para o empregador. A mulher gozando de um período maior de licença-maternidade retornará mais motivada e mais preparada ao trabalho.

A concentração e qualidades de todos os nutrientes do leite materno tornam este o alimento especificamente indicado para a criança nos seus primeiros meses de vida, pois este reduz as manifestações alérgicas, o número de internações hospitalares é bem reduzido, assim também como a incidência de doenças crônicas, mortalidade infantil, promove o vínculo entre mãe e filho, protege a mulher contra câncer de mama, a criança adoece menos diminuindo os gastos com atendimento médico, medicações, favorecendo então a economia familiar e a sociedade como um todo. Sendo esta uma parte importante da história que é focada na sobrevivência, desenvolvimento e proteção da criança tornando-a mais saudável.

REFERÊNCIAS

BUENO, Lais Graci dos Santos e Teruza, KeiKo Myasaki - **Aconselhamento em amamentação e sua prática** *journal da pediatria*, Rio de Janeiro, nov.2004,vol.80,n.5,p.126-130, disponível www.scielo.br - Acesso em 21/03/2018

CICLONE, RCV; VENÂNCIO, SI; ESCUDER, ML. **Avaliação dos conhecimentos de equipes do programa de saúde da família sobre o manejo do aleitamento materno em um município da região metropolitana de São Paulo**. Ver. Bras. Saúde Materno Infantil, Recife, v.4, 2004. Disponível em: www.bireme.br - Acesso em 21/03/2018

KUMMER, Suzane C et al. **Evolução do padrão do aleitamento materno**. Revista Saúde Pública, Abr. 2000, vol. 34, nº 2, p. 143-148. Disponível em: www.acielo.br - Acesso em 25/08/2013

OMS (Organização Mundial de Saúde). **Proteção, promoção e apoio ao aleitamento materno: o papel especial dos serviços materno-infantis: declaração conjunta OMS/UNICEF**. Genebra; 1989. Disponível em: www.bireme.br - Acesso em 25/03/2018

PERCEGONI, Nathércia et. Et al. **Conhecimentos sobre aleitamento materno de puérperas atendidas em dois hospitais de Viçosa, Minas Gerais**. Revista de Nutrição, Jan 2002, vol 15, nº1, p. 29-35. Disponível em www.scielo.br - Acesso em 25/03/2018

VENÂNCIO, SI; ESCUDER,MML;KITOKO, P. **Frequência e determinantes do aleitamento materno em municípios do Estado de São Paulo**. Revista Saúde Pública, 2002; p. 36. Disponível em www.bireme.br Acesso em 23/03/2018

MONTENEGRO, Rezende. **Obstetrícia fundamental**. 9ª ed. Guanabara - Rio de Janeiro,

MINISTÉRIO DA SAÚDE, **Assistência Institucional ao Parto, e ao puerpério e ao Recém Nascido, secretária nacional de assistência à Saúde, Departamento de programas de Saúde, Divisão Nacional de Saúde Materno Infantil**, 1ª Ed. – Brasília, DF, 1989. P.07.

FERRAZ,A.F. et al. IN : **Revista Mineira de Enfermagem**, v.5,p.04,05,janeiro.2003.

CRUZ, Gláucia e PERALTA, Peralta. **Revista GIS**, v.4,outubro 2005.< disponível em> <http://www.ltds.ufrj.br/gis> Acesso em 07/04/2018.

GONÇALVES, Maria Célia da silva. **Metodologia científica: os caminhos do saber**. João Pinheiro: FCJP, 2004- (mimeografada)

LOPEZ, Fábio A. & BRASIL, Anne L. D. **Nutrição e Dietética em Clínica Pediátrica**. São Paulo, 2004, p.16-35

SANTOS, Evangelista K. A. et al. **Promovendo o Aleitamento Materno**. 2º ed. Brasília 2003, p. 1-18

LAMARE, Dr. Rinaldo de. **A vida do bebê**. Rio de Janeiro: Ed. Bloch Editores S.A., 1986.