

Portal de Boas Práticas em
Saúde da Mulher, da Criança
e do Adolescente



ATENÇÃO ÀS
MULHERES

PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO PRÉ NATAL



O leite materno é comparado a um "medicamento personalizado", com diversas vantagens nutricionais, imunológicas, econômicas e ambientais.

Prof. Cesar Gomes Victoria



Objetivos dessa apresentação:

- Ressaltar os benefícios do Aleitamento Materno e os prejuízos em não amamentar;
- Focar em estratégias para que a comunicação com as usuárias seja eficiente;
- Levantar temas relacionados ao Aleitamento Materno imprescindíveis nas abordagens durante o pré-natal;
- Sensibilizar os profissionais envolvidos sobre a importância do empoderamento das mulheres e familiares quanto ao aleitamento.



Introdução

- Nenhuma outra estratégia isolada alcança o impacto que a amamentação tem na redução das mortes de crianças menores de 5 anos.
- Estima-se que o aleitamento materno poderia evitar 13% das mortes em crianças menores de 5 anos em todo o mundo, por causas preveníveis (JONES, 2003)

A amamentação exige um esforço de equipe. Ela também requer informação qualificada com base em evidências e uma cadeia calorosa de apoio para criar um ambiente propício que permita às mães amamentar de forma otimizada.



Vantagens do leite humano:

- É um alimento natural e renovável, não poluente;
- Fornece a nutrição ideal para suprir as necessidades de crescimento e desenvolvimento do lactente;
- Protege contra muitas infecções e pode prevenir óbitos de lactentes;
- Reduz o risco de alergias e doenças, como diabetes juvenil em famílias com histórico dessas doenças;
- Programa mecanismos corporais que podem auxiliar a regulação da pressão sanguínea e a redução de risco de obesidade posteriormente.
- Tem disponibilidade imediata, sem necessidade de preparo e é de graça.
- O leite da própria mãe é o mais adequado ao seu bebê e muda de acordo com as alterações das necessidades da criança.



Benefícios da amamentação para o Bebê

- O leite materno é adaptado às necessidades nutricionais específicas do bebê, contém agentes imunológicos, tais como imunoglobulina secretora IgAs e IgG, e substâncias bioativas resistentes ao processo digestivo e possui propriedades antiinflamatórias que protegem os sistemas imunológicos potencialmente imaturos de bebês prematuros e a termo.
- As propriedades bactericidas do leite humano podem ajudar a proteger contra a otite média aguda (OMA), uma das principais causas de perda auditiva em crianças. Estudos demonstram que bebês alimentados com fórmula tiveram risco duas vezes maior em comparação com os que foram amamentados exclusivamente por 3 ou 6 meses.
- Gastroenterite e diarreia são comuns em crianças e podem causar desidratação, sendo a segunda causa mais comum de mortalidade entre crianças de 0 a 59 meses. O leite humano protege da diarreia revestindo o trato intestinal e evitando a aderência de patógenos que podem causar infecções.



Benefícios da amamentação para o Bebê

- Pneumonia e bronquiolite por vírus sincicial respiratório (VSR) são a causa mais comum de hospitalizações relacionadas a doenças infecciosas em bebês. Estudos demonstraram uma baixa no risco entre aqueles que foram amamentados exclusivamente por 4 meses.
- Enterocolite necrosante apresenta uma prevalência estimada de aproximadamente 5 a 10 por cento entre bebês com peso muito baixo (<1.500 gramas). Fatores como IgA secretora materna, fator de crescimento epidérmico e citocinas antiinflamatórias diminuem o risco de desenvolver a NEC por meio de seus antimicrobianos e bactericidas.
- Outras vantagens comumente relacionadas na literatura são: melhoria do desenvolvimento cognitivo, redução do histórico de alergias, maior digestibilidade do produto, aumento do vínculo mãe e bebê, melhoria do desenvolvimento orofacial, auxiliando na clareza da fala.



Crianças que não são amamentadas ou que não recebem leite materno podem ter maiores risco de:

**Contrair infecções
diarreicas e do trato
gastrointestinal,
infecções respiratórias e
urinárias**

**Desenvolver eczema e
outras doenças atópicas**

**Desenvolver enterocolite
necrotizante, no caso de
lactentes prematuros**

**Apresentar menor
desenvolvimento e
desempenho educacional,
reduzindo assim o potencial
da criança**

**Desenvolver diabetes mellitus juvenil
dependente de insulina, pressão
arterial mais elevada e obesidade
infantil, que são marcadores de
doença cardíaca posterior.**



Benefícios da amamentação para a Mulher

Os benefícios a curto prazo da amamentação incluem:

- Níveis mais baixos de colesterol e triglicerídeos no pós-parto;
- Involução uterina mais rápida, perda sanguínea pós-parto diminuída;
- Menor risco de anemia materna;
- Amenorréia lactacional prolongada.

Os benefícios a longo prazo da amamentação estão associados:

- Redução significativa em várias condições pós-menopausais, incluindo hipertensão, diabetes mellitus, hiperlipidemia, e doenças cardiovasculares.
- Proteção contra o câncer de mama.

A duração da amamentação também foi associada à menor incidência de síndrome metabólica em mulheres com e sem histórico de diabetes gestacional.



Em comparação com mulheres que amamentam, a ausência do aleitamento materno pode aumentar o risco de:

- Câncer de mama e algumas formas de câncer de ovário;
- Fraturas de quadril em idade mais avançada;
- Retenção da gordura depositada durante a gestação, o que pode mais tarde acarretar obesidade;
- Anemia devido a não contração do útero após o parto e rápido retorno da menstruação;
- Gestações frequentes devido a ausência do efeito de espaçamento de gestações propiciadas pelo aleitamento materno;
- Menos oportunidades para que a mãe fique próxima do seu bebê.



As famílias também são afetadas...

Quando um bebe não é amamentado pode ocorrer:

- Perda de renda devido à ausência de um dos pais do trabalho para cuidar de uma criança doente;
- Maior gasto da família para comprar e preparar alimentos artificiais, além de tempo adicional necessário para dar a alimentação e gastos adicionais com as doenças da criança;
- Crianças não amamentadas tem mais doenças e, portanto, usam mais os serviços de saúde. Os custos com seus cuidados de saúde são mais elevados, tanto enquanto lactentes quanto quando mais velhos. Além disso, lactentes saudáveis tornam-se adultos saudáveis e inteligentes que contribuem para o bem-estar de sua comunidade.



Por que orientar a amamentação desde o pré-natal?

Estudos evidenciam que a amamentação confere inúmeros benefícios tanto para o bebê, como para a mãe. A Organização Mundial da Saúde recomenda o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, pois o leite materno reúne as características nutricionais ideais para a criança nesta fase da vida. O acompanhamento pré-natal é uma excelente oportunidade para motivar as mulheres a amamentarem.



Quanto antes, melhor...

- As políticas públicas de aleitamento materno do Brasil, historicamente, tem trabalhado sob a ótica da promoção, da proteção e do apoio à mulher, começando no início da gestação, considerando as vantagens da amamentação para a criança, a mãe, a família e a sociedade, constituindo-se em prioridade para o País (ESPIRITO SANTO; MONTEIRO; ALMEIDA, 2017).
- As equipes de Atenção Primária devem estar capacitadas para acolher precocemente a gestante, garantindo orientação apropriada quanto aos benefícios e o manejo da amamentação para a mãe, para a criança, para a família e para a sociedade.



Acolhimento... O que é e como deve ser!

- O profissional precisa estar preparado para prestar assistência eficaz, solidária, integral e contextualizada, que respeite o saber e a história de vida de cada mulher, e que a ajude a superar medos, dificuldades e inseguranças (CASTRO; ARAÚJO, 2006).
- Cabe ao profissional de saúde identificar e compreender a amamentação no contexto sociocultural e familiar e, a partir dessa compreensão, cuidar tanto da dupla mãe/bebê, como de sua família.
- É necessário que busque formas de interagir com a população para informá-la sobre a importância de adotar práticas saudáveis de aleitamento materno.



Afinal... Como fazer?

- O acompanhamento pré-natal é uma excelente **oportunidade para motivar as mulheres a amamentarem**. É importante que pessoas significativas para a gestante, como companheiro e mãe, sejam incluídas no aconselhamento, adotando uma abordagem inclusiva.
- **Aconselhamento** é uma forma de atuação do profissional com a mulher gestante, onde ele a escuta, procura compreendê-la e, com seus conhecimentos, oferece ajuda para propiciar que a mãe planeje, tome decisões e se fortaleça para lidar com pressões, aumentando sua autoconfiança e autoestima.



As Rodas de Conversa e Grupos de Gestante no Pré-Natal

- Caso a orientação seja coletiva, o ideal é iniciar com a apresentação do grupo e seguir com a composição de roda de conversa, onde **gestantes e familiares** ficam à vontade para **relatar experiências, trocar informações e tirar dúvidas**, havendo intervenções do profissional sempre que necessário.
- Ao final, pode haver uma explanação rápida, que não exceda 30 minutos.

A dinâmica de grupo favorece a troca de experiências e ajuda a desfazer o ciclo de ansiedades e temor.



Para que a abordagem seja efetiva é necessário então utilizar as habilidades do Aconselhamento em Amamentação:

Habilidades de ouvir e aprender

- Use a comunicação não-verbal útil
- Mantenha a cabeça no mesmo nível
- Preste atenção
- Remova barreiras
- Dedique tempo
- Toque de forma apropriada
- Faça perguntas abertas
- Repita o que a gestante diz com suas palavras
- Use expressões e gestos que demonstrem interesse
- Demonstre empatia, mostre que você entende como a gestante se sente
- Evite palavras que demonstrem julgamento

Habilidades para aumentar a confiança e dar apoio

- Aceite o que a gestante pensa e sente
- Reconheça e elogie o que ela estiver fazendo certo
- Esteja sempre disposto a auxiliar na prática
- Apresente apenas as informações relevantes para o momento
- Use linguagem simples
- Dê sugestões, e não ordens



Aspectos importantes a serem abordados:

- Pergunte quais são os planos para a alimentação da criança, avalie os conhecimentos prévios, mitos, crenças, medos, preocupações e fantasias relacionadas ao aleitamento materno;
- Apresente a importância do aleitamento materno logo após o parto, até os 6 meses exclusivamente e de forma complementada até os 2 anos e meio ou mais;
- Oriente a solicitar apoio da equipe do alojamento conjunto durante a internação para realizar a técnica adequada (posicionamento e pega) para prevenção de complicações relacionadas à amamentação;
- Sinalize quanto às possíveis dificuldades na amamentação e meios de preveni-las. Muitas mulheres “idealizam” a amamentação e se frustram ao se depararem com a realidade;
- Fale sobre o comportamento normal do recém-nascido;
- Apresente as desvantagens do uso dos bicos artificiais, conchas e outros artifícios relacionados à lactação.



Atenção!!!!

- A “preparação” das mamas para a amamentação, tão difundida no passado, não está recomendada. A gravidez se encarrega disso. Manobras para aumentar e fortalecer os mamilos durante a gravidez, como esticar os mamilos com os dedos, esfregá-los com buchas ou toalhas ásperas, não são recomendadas, pois na maioria das vezes não funcionam e podem ser prejudiciais, podendo inclusive induzir o trabalho de parto.
- É importante ressaltar que o tipo de mamilo não interfere no sucesso da amamentação, pois na pega correta, o bebê precisa abocanhar a aréola, portanto com o apoio adequado, todas as mulheres conseguem amamentar.



Atenção!!!!

- A maioria dos mamilos curtos apresenta melhora com o avançar da gravidez, sem nenhum tratamento. Os mamilos costumam ganhar elasticidade durante a gravidez.
- Em mulheres com mamilos planos ou invertidos, a intervenção (pega, posição adequada...) logo após o nascimento do bebê é mais importante e efetiva que intervenções no período pré-natal. O uso de sutiã adequado ajuda na sustentação das mamas, pois na gestação elas apresentam o primeiro aumento de volume.



Referências

- Cadernos de Atenção Básica ; n. 23, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar. – 2. ed. – Brasília, 2015.
- WABA. Cartilha Empoderar Mães e Pais, Favorecer a Amamentação. 2019.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Criança : orientações para implementação. Brasília : Ministério da Saúde, 2018.
- World Health Organization/UNICEF. Breastfeeding counselling: A training course. Geneva: World Health Organization/UNICEF; 1993.
- INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DA CRIANÇA: revista, atualizada e ampliada para o cuidado integrado Módulo 3 – Promovendo e Incentivando a Amamentação em um Hospital Amigo da Criança: Curso de 20 horas para Equipes de Maternidade Série A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília – DF 2009
- Aconselhamento em amamentação e sua prática The practice of breastfeeding counseling Lais Graci dos Santos Bueno, Keiko Miyasaki Teruya (2004)
- Almeida EA, Martins Filho J. O contato precoce mãe-filho e sua contribuição para o sucesso do aleitamento materno. Rev Ciên Méd 2004; 13(4): 381-8.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.
- PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO PRÉ-NATAL: DISCURSO DAS GESTANTES E DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE. Silva et al. REME Rev Min Enferm. 2018;22:e-1103
- Brock, E.G and Long, L Breast feeding. Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine, Volume 29, Issue 5, May 2019.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Criança : orientações para implementação / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília : Ministério da Saúde, 2018. 180 p. : il. ISBN 978-85-334-2596-5

Portal de Boas Práticas em
Saúde da Mulher, da Criança
e do Adolescente



ATENÇÃO ÀS
MULHERES

PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO PRÉ NATAL

Material de 09 de dezembro de 2019

Disponível em: portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br

Eixo: Atenção às Mulheres

Aprofunde seus conhecimentos acessando artigos disponíveis na biblioteca do Portal.