

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



ATENÇÃO ÀS
MULHERES

PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO ALOJAMENTO CONJUNTO



Se durante o pré-natal a mulher receber informação sobre a importância da amamentação para a sua saúde e a de seu filho e tiver apoio dos profissionais do Alojamento Conjunto, serão menores as chances de dificuldades de pega e posição, fissuras mamilares, dor para amamentar e, principalmente, desmame precoce.



Objetivos dessa apresentação:

- Sensibilizar profissionais de saúde quanto à importância da promoção do aleitamento materno, desde os primeiros momentos do pós parto;
- Apresentar estratégias de comunicação eficiente para a promoção do aleitamento materno no alojamento conjunto;
- Sensibilizar os profissionais envolvidos sobre a importância do empoderamento das mulheres e familiares quanto ao aleitamento.



- A amamentação é um processo híbrido que faz parte da fisiologia da mulher, mas também sofre influências biopsicossociais.
- Cabe ao profissional de saúde ter conhecimento de todo esse processo para que possa compreender as inquietudes da mulher e apoiá-la da melhor forma possível.
- Em 1983, O Brasil publica a primeira Portaria que favorece a permanência do Bebê junto a mãe por 24hs (Portaria Inamps/MS nº18/1983). Desta data em diante se inicia a construção de diversas políticas que promovessem e protegessem o aleitamento materno.
- Dentro deste tema chamamos atenção para os seguintes componentes desta política:

Iniciativa Hospital Amigo da Criança, Rede de Bancos de Leite Humano, Método Canguru e NBCAL.



Contato pele a pele na sala de parto: **estimulando a produção precoce de leite**

O contato pele a pele imediato deve ser realizado para **todo RN em boas condições**, sendo ininterrupto na primeira hora de vida. Neste momento, também é incentivado o aleitamento materno. O exame físico completo pediátrico e as intervenções com o RN são realizados após este momento.

Almeida EA, Martins Filho J. (2004); UNICEF (2019)

Outras vantagens:

- Mantém o bebe calmo e aquecido;
- Regula a frequência cardíaca e respiratória do RN;
- Promove a criação de laços afetivos;
- Estimula digestão e o interesse pela alimentação;
- Ajuda a dar início ao aleitamento materno, favorecendo até 3 vezes mais o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês;
- Regula a temperatura corporal;
- Colonização de bactérias benéficas precocemente proporcionando proteção;
- Protege a mãe de hemorragia pós parto.



O pós parto e início da produção do leite:

Apojadura

- A maioria das mulheres imagina sair da sala de parto com as mamas cheias de leite e já amamentando seu filho. Muitas vezes isso não ocorre pois após a expulsão da placenta, o seio inicia a produção de leite (**entre o 2º e 5º dias após o parto**) quando acontece a **apojadura**, que se caracteriza por, intumescimento mamário, edema e ejeção de poucas gotas de leite.
- Esse é um processo de ingurgitamento fisiológico, que nada mais é do que a preparação das mamas para a descida do leite.



O pós parto e início da produção do leite:

Apojadura

- A apoiadura não pode ser confundida com ingurgitamento patológico, conhecido como “empedramento”, pois esse se trata de um esvaziamento comprometido, que se caracteriza por mamas túrgidas, hiperemia, pode ter febre, e preceder a mastite.

Durante a apoiadura realize massagens apenas na aréola para facilitar a pega do bebê. A massagem deve ocorrer com os dedos espalmados em movimento circular, levemente profundo, sem USO de força.



Boas Práticas na Amamentação no Alojamento Conjunto

- Assistência durante o trabalho de parto, sem intervenções desnecessárias;
- Contato pele a pele e amamentação na primeira hora;
- Presença do acompanhante durante a permanência no hospital;
- Manter mãe e bebê sempre próximos para que a mãe aprenda a reconhecer quando seu filho está com fome e para que as mamadas aconteçam sob livre demanda, favorecendo aumento na produção do leite, sem necessidade de complementos;
- Não usar bicos artificiais ou mamadeiras.

Incentivar a amamentação sob livre demanda aumenta a quantidade de leite e ganho de peso do RN, melhora o vínculo, ocorre menos ingurgitamento mamário e aumenta as chances de maior duração do aleitamento materno.



Os profissionais de saúde das maternidades, além de conhecimentos e habilidades em Aleitamento Materno, devem estar preparados para auxiliar as mulheres a visualizar os problemas, analisando junto com ela suas causas e sugerindo meios de resolvê-los, através de comunicação adequada (uso de aconselhamento em amamentação), mostrando interesse no seu bem-estar e de seu filho, para que se sintam confiantes, apoiadas e acolhidas pelo profissional.

Dentre os recursos utilizados para uma comunicação eficaz há: remoção de barreiras físicas que impeçam a proximidade com a mulher, **utilização de comunicação não verbal adequada, linguagem simples, saber ouvir, demonstrar empatia, não julgar, elogiar e, o principal, sugerir, não ordenar.**



Boas Práticas na Amamentação no Alojamento Conjunto

Incentivar a presença do pai do recém-nascido como acompanhante durante a internação hospitalar pode oferecer apoio emocional, físico e psíquico à mulher.

Em particular, no alojamento conjunto a presença do pai como acompanhante é fundamental nos cuidados com o RN, incluindo o apoio na amamentação.





Boas Práticas na Amamentação no Alojamento Conjunto

- A pega incorreta pode ser evitada com o apoio dos profissionais do alojamento conjunto.
- As primíparas podem ter dificuldade para oferecer a mama ao seu bebê, o que pode causar dor, fissuras e abalar sua confiança para amamentar.
- Mamas muito cheias, podem levar ao desconforto para o recém nascido abocanhar.
- É preciso orientar a mãe a realizar massagens circulares e extrair um pouco do leite facilitando a pega do bebê.



Ajudando as mães no Alojamento Conjunto:

É importante orientar a mulher através de:

- Consultas a beira do leito;
- Grupos educativos no alojamento conjunto;
- Indicação de leituras de qualidade (material produzido pela equipe, Ministério da Saúde, Rede de Bancos de Leite Humano, etc).

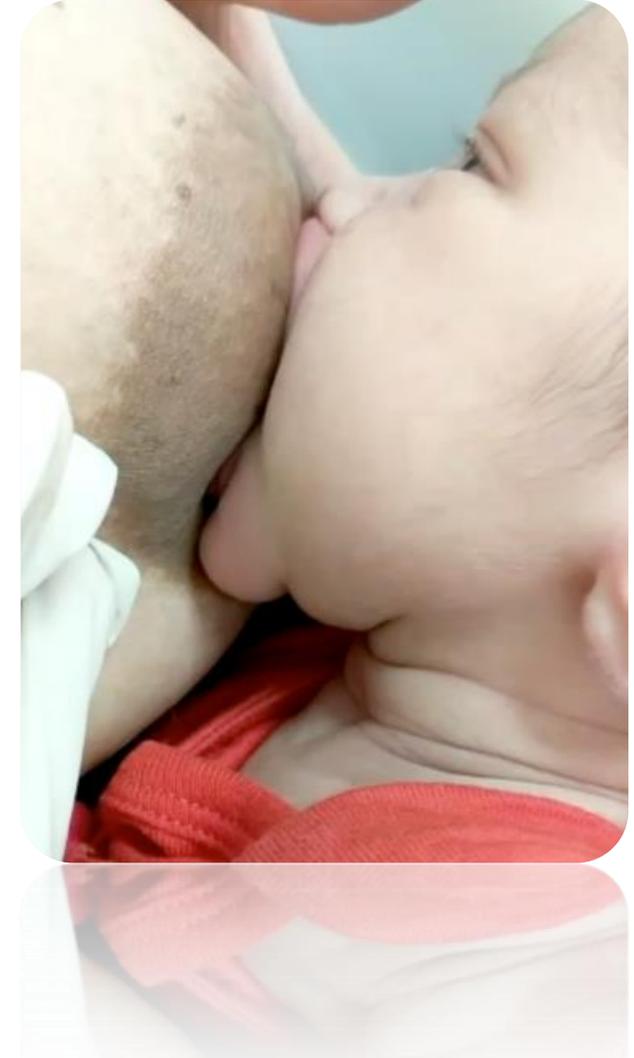
É importante lembrar que mesmo o profissional reconhecendo os benefícios do aleitamento, ele deve respeitar a individualidade e o contexto de vida de cada mulher diante da amamentação, tornando o seu manejo algo que ultrapasse os limites de interesse, do conhecimento técnico e normas institucionais.





Importância do bom posicionamento e da pega correta

- Não pressionar a mãe e o bebê em relação ao tempo das primeiras mamadas;
- O profissional deve ouvir a mãe, com calma e ajuda-la a encontrar uma posição confortável, onde o bebê fique próximo ao corpo da mãe;
- Lembre-se sempre de encorajá-la para que acredite e tenha confiança em si;
- Auxiliá-la e orientá-la quanto à pega em quase toda ou toda aréola. Demonstre para ela os sinais indicativos de uma pega correta: **lábio inferior virado para fora, o queixo encosta na mama, o nariz fica livre, as bochechas permanecem cheias e arredondadas e às vezes é possível ouvir bebê deglutir.**
- A mãe não deve sentir dor.





A importância do Colostro: o primeiro leite

- O colostro é a primeira imunização do bebê e ajuda a formação de bactérias boas no intestino.
- É produzido nas mamas a partir do sétimo mês de gestação e durante os primeiros dias após o nascimento. **A aparência do colostro é grossa, pegajosa e de cor clara a amarelada.**
- Age como uma ‘tinta’, revestindo o sistema digestivo do bebê para protegê-lo. Caso água ou alimentos artificiais sejam oferecidos ao bebê, parte dessa camada pode ser removida, permitindo que infecções entrem no organismo do bebê.
- É perfeito como primeiro alimento pois contém mais proteínas e vitamina A do que o leite materno maduro.



A importância do Colostro: o primeiro leite

- Age como laxante e ajuda o bebê a eliminar o mecônio, ajudando a prevenir a icterícia.
- Sai em quantidades muito pequenas. Isso é bom para o estômago muito pequeno do bebê e para os rins imaturos que não conseguem lidar com grande volume de líquidos.
- O colostro é o suficiente para o bebê, desde que esteja mamando em livre demanda e com a pega adequada.
- Recém-nascidos amamentados não devem receber água ou água glicosada a não ser que isso seja clinicamente indicado.



Como indicar para a mãe os sinais de que o bebê está com fome?

- Inquietação aparente; vira o rosto para os lados, abrindo a boca;
- Movimenta a linguinha para fora da boca;
- Suga as mãos ou dedos;
- **Choro (é o último sinal)**

Uma importante causa de desmame é o choro do bebê.

Lembrar à mãe que o bebê pode chorar por vários motivos.



E se o bebê chorar? Choro nem sempre é fome!

- O choro é a forma dele comunicar: fralda suja, frio, calor, vontade de arrotar, sono, desconforto, necessidade de carinho, fome, etc. Com frequência o choro é interpretado como fome ou cólicas.
- Na maioria das vezes, os bebês se acalmam se aconchegados ou se colocados no peito (necessidade de se sentirem seguros e protegidos).





E se o bebê chorar? Choro nem sempre é fome!

- As mães que ficam tensas, frustradas e ansiosas com o choro dos bebês tendem a transmitir esses sentimentos à eles, causando mais choro.
- Carinho, proteção, e pronto atendimento das necessidades do bebê só tendem a aumentar sua confiança, favorecendo sua independência em tempo apropriado.
- O cheiro materno, a voz e o contato fazem parte do acolhimento ao bebê.





Algumas recomendações importantes a serem feitas ainda na internação:

- **Amamentação em Livre Demanda:** reforçar sempre que a criança seja amamentada sem restrições de horários e de tempo de permanência na mama. Nos primeiros meses, é normal que a criança mame com frequência e sem horários regulares.
- A mamadeira e a chupeta, além de serem grandes fontes de contaminação, podem influenciar negativamente na amamentação, pois o movimento de sugar o seio é completamente diferente do movimento de sugar esses bicos.



Algumas recomendações importantes a serem feitas ainda na internação:

- É importante chamar a atenção que o uso de chupeta está associado à maior ocorrência de candidíase oral (sapinho), de otite média, de alterações do palato, aumentando chance de má oclusão dentária e prejuízos no desenvolvimento da linguagem.
- **Não são necessários outros alimentos ou líquidos nos primeiros 6 meses de vida** – apenas o leite da mãe, devendo a amamentação ser continuada até 2 anos ou mais. Lembre as mães e a família que água, chás e principalmente outros leites devem ser evitados, pois há evidências de que o seu uso está associado com desmame precoce e aumento da morbimortalidade infantil.



Vale a pena recordar antes da alta hospitalar os Direitos da mulher trabalhadora, no período da amamentação:

- **CRECHE OU BERÇÁRIO:** os estabelecimentos em que trabalham pelo menos 30 mulheres com mais de 16 anos de idade deverão ter local apropriado onde seja permitido deixar, sob vigilância e assistência, seus filhos durante a amamentação.
- **PAUSAS PARA AMAMENTAR:** a mulher tem direito a dois descansos especiais (30 min cada) durante a jornada de trabalho, até o 6º mês de vida do bebê, além dos intervalos normais para repouso e alimentação.
- **LICENÇA-MATERNIDADE:** a Constituição de 1988 garante para todas as mulheres trabalhadoras sob o regime CLT o direito a 120 dias de licença. Têm direito à licença-maternidade de 6 meses as mães trabalhadoras de empresas que optarem pela Lei nº 11.770/2008 (Programa Empresa Cidadã) e os funcionários estaduais e federais.
- **PERÍODO DA LICENÇA:** em casos de necessidade, os períodos de licença antes e depois do parto poderão ser ampliados em mais duas semanas cada um, mediante apresentação de atestado médico.
- **SALA DE APOIO À AMAMENTAÇÃO:** é um local simples, dentro da empresa, destinado às mulheres trabalhadoras que retornam da licença-maternidade e desejam continuar amamentando seus filhos. Nesta sala, a mulher pode retirar e armazenar o seu leite em condições higiênico-sanitárias adequadas durante a jornada de trabalho.



Manutenção do aleitamento materno no retorno ao trabalho

Orientações às mães

- Escolher um frasco de vidro com tampa plástica, ferver por 15 min e deixar secar para armazenar o leite;
- Tirar adornos, lavar as mãos, utilizar touca e máscara (se não tiver touca, prender bem os cabelos e evitar falar por cima do frasco de leite);
- Realizar a massagem e a extração de leite;
- Desprezar os primeiros jatos ou gotas;



Manutenção do aleitamento materno no retorno ao trabalho

Orientações às mães

- Após terminar a coleta, fechar bem o frasco, guardar no congelador ou no *freezer*, certificando-se de que o recipiente esteja identificado com data e horário do início da coleta;
- O prazo de validade é de 12 horas se na geladeira e de 15 dias se no freezer ou congelador;
- Quando for oferecer o leite para o bebê, o frasco deverá ser retirado do congelador, ser descongelado em banho-maria com fogo desligado.



- Para manter a amamentação, é essencial esvaziar as mamas, extraíndo o leite em intervalos regulares. **Quanto mais se retira, mais leite será produzido.** Alimentar o bebê com xícara, copinho ou colher é fácil, mas é necessário que a pessoa que vai cuidar do bebê aprenda a fazer isso.
- Em casos de dor ou dificuldade para amamentar, qualquer mulher pode procurar ajuda e atendimento em Bancos de Leite Humano (que são locais de apoio à amamentação), Unidades Básicas de Saúde ou os profissionais de saúde que acompanham mãe e bebê.



O sucesso ou o fracasso no processo de amamentação depende do esforço conjunto de profissionais, familiares e da sociedade.



Referências

- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).
- WABA. Cartilha Empoderar Mães e Pais, Favorecer a Amamentação. 2019.
- WHO. World Health Organization/UNICEF. Breastfeeding counselling: A training course. Geneva. 1993.
- FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFANCIA. Iniciativa Hospital Amigo da Criança: revista, atualizada e ampliada para o cuidado integrado: modulo 3: promovendo e incentivando amamentação em um Hospital Amigo da Criança: curso de 20 horas para equipes de maternidade / Fundo das Nações Unidas para a Infância, Organização Mundial da Saúde. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009. 276 p.: il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos)
- 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.
- Bueno, Lais Graci dos Santos, & Teruya, Keiko Miyasaki. (2004). Aconselhamento em amamentação e sua prática. Jornal de Pediatria, 80(5, Suppl.), s126-s130.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta / Essentials of breastfeeding and the working woman / Cartilla para la mujer trabajadora que amamanta. Brasília; Ministério da Saúde; 2 ed; fev. 2015. 27 p. Folhetoilus.
- 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
- UNICEF. Research on skin-to-skin contact. Disponível em: <<https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/news-and-research/baby-friendly-research/research-supporting-breastfeeding/skin-to-skin-contact/>>

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



ATENÇÃO ÀS
MULHERES

PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO ALOJAMENTO CONJUNTO

Material de 20 de setembro de 2019

Disponível em: portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br

Eixo: Atenção às Mulheres

Aprofunde seus conhecimentos acessando artigos disponíveis na biblioteca do Portal.