

# AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ALEITAMENTO MATERNO

Jéssica Silva Fernandes<sup>1</sup>; Lourdes Missio<sup>2</sup>; Sigrid Fontes<sup>3</sup>; Willian Silva Serra<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem da UEMS, Unidade Universitária de Dourados; E-mail: j.essicafernandes@hotmail.com. Bolsista PIBEX

<sup>2</sup>Professora do curso de Enfermagem da UEMS, Unidade Universitária de Dourados; E-mail: lourdesmissio@uems.br

<sup>3</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem da UEMS, Unidade Universitária de Dourados; E-mail: sig.fontes@hotmail.com

<sup>4</sup>Acadêmico do Curso de Enfermagem da UEMS, Unidade Universitária de Dourados; E-mail: williansserra@hotmail.com

Área Temática da Extensão: Saúde

## Resumo

Atividades de educação em saúde se tornam importantes, pois permitem a aproximação entre os profissionais da saúde e receptores do cuidado, favorecendo uma assistência humanizada. O aleitamento materno representa um período especial na vida da mulher e do recém-nascido, e muitas vezes pode se mesclar com incertezas, medos e inseguranças. As atividades realizadas em grupos com a troca de informações entre gestantes, puérperas e profissionais auxiliam no enfrentamento do período de lactação vivido pela mulher. Este trabalho apresenta ações de extensão desenvolvidas com gestantes e puérperas atendidas nas Estratégias de Saúde da Família 17 e 27 do município de Dourados/MS localizadas na Vila São Brás, com o objetivo de realizar atividades de educação em saúde que ressaltem a importância e os benefícios do aleitamento materno.

**Palavras-Chave:** Educação em Saúde. Aleitamento Materno. Gestação. Puerpério.

## Introdução

O aleitamento materno é considerado um dos pilares fundamentais para a promoção e proteção da saúde das crianças em todo o mundo. Ele representa um período especial e singular na vida da mulher e do recém-nascido, no qual a sensação de tornar-se mãe e amamentar confunde-se muitas vezes com incertezas, medos e inseguranças.

Amamentar é um ato natural e constitui a melhor forma de alimentar, proteger e amar o seu bebê. A amamentação é um processo fisiológico, natural, mas que precisa ser aprendido. É um ato de amor que exige carinho, atenção, paciência e disponibilidade da mãe para o recém-nascido. Pode ser considerada como um compromisso da mãe com seu filho, proporcionando carinho e saúde, tornando o vínculo mãe e filho mais intenso.

Proporciona também uma profunda relação de trocas, desenvolvendo estímulos sensoriais auditivos, táteis, visuais e emocionais entre a mãe e seu recém-nascido.

Segundo Isller, et al. (2002) a criança amamentada ao peito recebe um alimento com características bioquímicas específicas, perfeitamente adequado a sua capacidade enzimática, e que oferece importantíssima proteção imunológica. A amamentação natural é o modo mais prático, seguro e econômico de alimentar a criança pequena. O leite humano tem sua composição e pureza a salvo dos erros de preparo, sendo sempre dado à criança na temperatura ideal.

Ainda segundo Kummer et al. (2000), o aleitamento materno além de oferecer proteção contra doenças, fortalece as questões afetivas sendo motivo para que, especialistas do mundo inteiro recomendem a amamentação exclusiva por pelo menos seis meses de vida do bebê e complementado até pelo menos o final do primeiro ano de vida.

Segundo Vinha (2006), a mãe que amamenta está realizando um dos mais importantes cuidados maternos. O preparo da amamentação deveria acompanhar a mulher desde a mais tenra idade.

Para promover o aleitamento materno as equipes das ESFs devem assumir ações preventivas como atividades prioritárias. Para Caldeira et al. (2007), na área da saúde materno-infantil, o incentivo ao aleitamento materno se apresenta como uma das principais ações para profissionais da atenção básica. Complementam que o leite materno representa o melhor alimento para a criança nos primeiros meses de vida, mas a amamentação não é uma prática natural. Amamentar embora pareça não é uma tarefa fácil. A amamentação necessita de suporte adequado e contínuo para as mães. Os autores apontam que para melhoria dos seus índices faz-se necessário um adequado aprendizado das mães com participação ativa dos profissionais de saúde, propiciando orientações e suporte oportunos para as gestantes e lactantes.

Esta proposta de trabalho visa o desenvolvimento de atividades envolvendo gestantes e puérperas atendidas nas Estratégias de Saúde da Família (ESFs) 17 e 27 do Município de Dourados/MS, localizadas na Vila São Brás, com o objetivo de realizar ações de educação em saúde que ressaltem a importância e os benefícios do aleitamento materno para as mesmas.

Para a realização deste projeto busca-se a participação ativa das mulheres nas ações de saúde, valorizando o diálogo, favorecendo o reconhecimento das usuárias enquanto lactantes, pois com ações sócio-educativas, a lactante passa a se sentir

fortalecida e consegue construir um corpo de conhecimentos relativos à sua condição, o que contribuiu para uma vivência mais plena e saudável durante o processo de amamentação.

## **Material e Métodos**

Foram realizadas reuniões com as equipes das ESFs para delinear as atividades com o grupo de gestantes e puérperas e com os agentes comunitários de saúde.

Para a participação das mulheres foi realizado o convite nos momentos em que as mesmas estiveram na unidade para obter alguma forma de atendimento, nas visitas domiciliares e nos contatos com os agentes comunitários de saúde.

Para que as atividades realizadas em grupo sejam fundamentadas, ocorreram reuniões semanais, a fim de avaliar a participação junto ao grupo, bem como programar e preparar os temas que serão discutidos na próxima reunião e outras atividades.

As reuniões com gestantes e puérperas, também chamadas de roda de conversas, são desenvolvidas na última quarta-feira do mês, no período vespertino. Isso ocorre para atender a programação das ESFs do bairro. Para o desenvolvimento das atividades educativas são utilizados recursos como: palestras, vídeos, cartazes, manuais, panfletos e bonecos. Durante as reuniões as participantes do grupo solicitam/sugerem temas para serem abordados nas reuniões seguintes.

Também são realizadas visitas domiciliares às gestantes e puérperas sempre com participação de um agente comunitário de saúde e conversas/discussões com os agentes comunitários de saúde das equipes.

## **Resultados e Discussão**

Segundo Rego et al. (2002) na atividade educativa são abordados temas de interesse da gestante sob a forma de palestras, discussões informais, trocas de experiências, etc., com o objetivo de transmitir as inúmeras vantagens do aleitamento materno.

Com a realização das atividades foi possível observar a importância do incentivo ao aleitamento materno em um grupo de gestantes e puérperas, favorecendo para que essas mulheres possam cada dia mais entender o processo da amamentação e como realizar para fortalecer o bem estar dela e da criança.

Observou-se uma adesão crescente das mulheres nas atividades. No início participavam em torno de dez e ao final do segundo semestre de 2012 a presença era de

aproximadamente 30 participantes. Este fato denota a importância das atividades desenvolvidas para as mesmas.

Nas atividades foram abordados os seguintes temas: importância do aleitamento materno; orientação e incentivo para o aleitamento materno; preparo da mama e técnicas para realização da ordenha; a importância do banco de leite; sexualidade no período de aleitamento; promoção da alimentação saudável e mitos sobre o período gestacional.

Nas reuniões e rodas de conversas mensais foi possível observar, que realmente existe uma carência por partes das gestantes e puérperas sobre o assunto abordado, onde durante as reuniões surgem várias dúvidas e questionamentos sobre os mitos existentes que passam de geração em geração.

Outro ponto observado é que por ser um grupo misto com gestantes e puérperas, acontece uma troca mútua de experiência, nas quais as participantes expõem várias situações e fatos que aconteceram com elas e que poderiam ser evitados se tivessem conhecimento mais específico sobre o tema. Desta forma, a troca e socialização de experiências pode ser uma grande oportunidade de aprendizado.

Com palestras, rodas de conversa e visitas domiciliares, dentre outras atividades é possível se chegar mais próximo da realidade de cada participante, fazendo com que seja ampliado o conhecimento acadêmico tanto pessoal como profissional.

## **Conclusão**

A realização de atividade de educação em saúde permite que o conhecimento tanto para o receptor quanto para o emissor seja ampliado. Quando se trata da saúde se torna fundamental a adoção de medidas preventivas. Em relação ao aleitamento materno é importante o empoderamento da mulher (gestante e puérpera) para enfrentar de forma saudável esse período.

Percebeu-se com os encontros que a realização do projeto possibilitou uma troca de vivência entre as participantes, permitindo a essas mulheres conhecer e saber cada vez mais sobre a importância da saúde para o bem-estar, para uma gestação saudável e uma prática eficaz de lactação.

Segundo Rego et al. (2002) é por meio do contato corporal com a mãe que a criança faz seu primeiro contato com o mundo; através deste, passa a participar de uma nova dimensão da experiência, a do mundo do outro. É este contato corporal com o outro que fornece a fonte essencial de conforto, segurança, calor e crescente aptidão

para novas experiências, e a base disso tudo está na amamentação, da qual fluem todas as bênçãos e promessas de boas coisas que ainda estão por vir.

Confirmando assim que ações de educação em saúde voltadas para a promoção do aleitamento contribuem para a mãe e para a criança, tornando ambos mais felizes e bem preparados para o meio externo em que vivem.

### **Agradecimentos**

Agradeço primeiramente a Deus pelo dom da vida e do saber. Agradeço à UEMS pela bolsa de extensão e pelo incentivo aos acadêmicos. À minha querida orientadora Lourdes Missio que com carinho, dedicação e respeito contribuiu para meu crescimento enquanto cidadão, e à minha família pela paciência e apoio durante a jornada.

### **Referências**

CALDEIRA, Antonio Prates; AGUIAR, Gabriel Nobre de; MAGALHÃES, Weslane Almeida Cavalcanti; FAGUNDES, Gizele Carmem. **Conhecimentos e práticas de promoção do aleitamento materno em Equipes de Saúde da Família** em Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 23(8):1965-1970, ago, 2007.

ISSLER, Hugo; LEONE, Claudio; MARCONDES, Eduardo. **Pediatria na atenção primária**. São Paulo: Sarvier 2002, p. 53 -55.

REGO, José Dias; Vários Colaboradores. **Aleitamento Materno**. São Paulo: Editora Atheneu, 2002, p. 99-132

VINHA, Vera Heloisa Pilleggi. **O livro da amamentação**. Campinas, SP: Mercado de Letras, 2006, p. 29.

KUMMER SC et al. Evolução do padrão de aleitamento materno. Rev. **Saúde Pública**, 2000;34(2):143-8