

## BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO

<sup>1</sup>Jeiny Lima dos Santos Haura

<sup>2</sup>Fabiana Lozano Cardoso

<sup>2</sup>Ednalva de Oliveira Miranda Guizi

1. Discente do curso de Enfermagem do Instituto de Ensino Superior de Londrina

2. Enfermeira, Mestranda, Docente do curso de Enfermagem do Instituto de Ensino Superior de Londrina.

### RESUMO

O presente estudo sobre os benefícios do aleitamento materno tem como objetivo apontar a importância da amamentação para o recém-nascido e para a mãe, e o incentivo dos profissionais de saúde para o sucesso do aleitamento materno. O trabalho foi realizado através de pesquisa de bibliografia descritiva.

**Palavras-chaves:** Aleitamento materno. Recém-nascido. Cuidados de Enfermagem.

### ABSTRAT

The present study on the benefits of breastfeeding aims to highlight the importance of breastfeeding to the newborn and the mother, and encouraging health professionals to successful breastfeeding. The study was conducted through descriptive bibliography of research.

**Keywords:** Breastfeeding. Newborn. Nursing.

## INTRODUÇÃO

Amamentar é o momento mais esperado de uma gestação, é o contato direto entre mãe e filho, pois o leite materno é completo e traz benefícios tanto para o bebê quanto para mãe (CAMPOS 2011).

Segundo a Organização Mundial de saúde (OMS, 2011), o aleitamento materno exclusivo (AME) deve –ser utilizado até o seis primeiros meses de vida e assim a partir desse momento introduzir alimentos complementares, podendo se estender o aleitamento até os dois primeiros anos de vida da criança onde irá ajudar a suprir as necessidades para seu desenvolvimento (CAMPOS, 2011).

O AME segue um padrão ouro nos primeiros meses de vida, diminuindo a mortalidade infantil, auxiliando no desenvolvimento físico e mental, prevenindo doenças que se manifestam em outros ciclos da vida (CAVALCANTE, 2015).

Os benefícios para a criança são inúmeros, principalmente no combate a mortalidade infantil, combatendo a fome e a desnutrição, em qualquer classe social. Os ácidos graxos de cadeia longa encontrados no leite materno (LM), são componentes lipídiacos essenciais para desenvolvimento celular e do sistema nervoso central, contribuindo para desenvolvimento intelectual na vida adulta, e associado com alimentação complementar após os seis meses de vida, seu desenvolvimento nutricional é visível (OLIVEIRA, 2015).

A promoção do aleitamento materno é muito importante para desenvolvimento nutricional da criança (VIEIRA *et al.*,1998). O aleitamento materno (AM) demonstra benefícios claros em um curto período promovendo a saúde infantil e reduzindo a morbidade e mortalidade por doenças infecciosas ( FONSECA *et al.*, 2012). O AM é uma prática que previne e diminui a morte na infância muito abrangente( NOBRE *et al.*, 2010)

Mesmo as vantagens do AME, serem conhecidas muitos fatores levam ao desmame precoce, socioeconômicos e culturais, inexperiência das mães, baixa escolaridade, interferência familiar, crenças e tabus, como introdução de bico artificial, leite fraco, o bebê é difícil de saciar, mãe trabalhar fora, falta de apoio emocional e familiar entre outros fatores (SILVA,2017).

Quando se fala em amamentação podemos observar que essa informação é de difícil entendimento, principalmente com a expressão “ amamentar é um ato de amor” as mães se sentem pressionadas, uma vez que isso parece um fardo de responsabilidades que só cabe a mãe naquele momento, mas que deveria ser dividido com o companheiro e com familiares mais próximos (VIANA ,2014).

Os profissionais de saúde devem estar capacitados para orientar as mães durante o AL para incentivar a conscientização dos benefícios do aleitamento materno. Mostrando as mães como elas são primordiais nesse processo e os profissionais de saúde atuando como codjuavantes dando as orientações necessárias para educação em saúde durante o pré - natal com extrema atenção além da colaboração desses profissionais já capacitados em campanhas de aleitamento materno.

Venho através deste trabalho, abordar os benefícios do aleitamento materno exclusivo (AME ) e assistência de enfermagem neste contexto.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, retrospectivo, do tipo revisão bibliográfica, tendo como objetivo enfatizar os benefícios do aleitamento materno.

O estudo de revisão literária, tem finalidade de colocar o pesquisador em contato direto com tudo aquilo que foi escrito sobre determinado assunto, com objetivo de permitir ao cientista e o reforço paralelo na análise de suas pesquisas ou manipulação de suas informações (LAKATOS E MARCONI, 2001).

Foi realizado um levantamento bibliográfico sobre a temática em questão por meio de consulta aos bancos de dados Medline (National Library of Medicine), Scielo (Scientific Electronic Library On-line), Lilacs (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências de Saúde) e BDENF (Bancos de Dados de Enfermagem), também foi realizado uma busca em manuais, livros e periódicos do DATASUS ( Banco de dados do Sistema Único de Saúde ). Como critério para inclusão foi utilizado ás referências da língua portuguesa publicadas nos últimos 18 anos (2000-2018) as palavras chaves utilizadas foram: **aleitamento materno, recém-nascido e cuidados de enfermagem.**

Foram selecionados artigos científicos atuais e mais antigos, sendo usado também sites de Organizações Internacionais de Saúde com a Organização Mundial de Saúde e Organizações das Nações Unidas.

## DESENVOLVIMENTO

O aleitamento materno é um ato de amor, mais que isso um alimento completo que ideal para o crescimento e desenvolvimento da criança, esse ato de amamentar traz benefícios para a saúde do bebê e da mãe influência no desenvolvimento intelectual da criança e cognitivo além de proteger a mãe contra o câncer de mama ( OLIVEIRA , 2017)

Durante a pesquisa em todos os artigos estudados foram citados alguns motivos do desmame foi a dúvida e insegurança fatores esses que dificultam a eficácia do AME, levando ao desmame precoce ( VIANA, 2014).

Para mulher a gestação significa um momento único especial mesmo que não seja a primeira gestação, cada uma tem algo especial, e além da expectativa da chegada de um novo membro na família ela se deparam com um mundo novo com muitas dúvidas após o nascimento do filho seja ele o primeiro ou não (OLIVEIRA, 2015).

Nas primeiras horas do nascimento a dificuldade físicas das mamas como dor e ingurgitamento é um dos períodos mais delicados após o nascimento do filho podendo gerar uma negatividade ao ato de amamentar( CASTELLI, 2014).

O apoio no pré natal contribui para decisão da mulher pelo AME, considerando que é um momento mais propício para intervenções educativas sobre o AME, e as dúvidas que surgem durante a gestação ( SILVA , 2017).

Além do apoio profissional a mulher durante o período gestacional necessita do apoio familiar e social, a mulher espera –se que o pai seja o principal motivador (VIANA, 2014).

Estudos demostram que mães que tem apoio familiar adequado se sentem confiantes e capazes de amamentar seu filho no peito, e que mulheres com parceiro fixo amamentam por mais tempo ( ROCHA et al. 2013)

O ato de amamentar proporciona a mãe um contato físico com o bebê, estimulando a pele os seus sentidos, o qual, se for realizada com amor e carinho, num ambiente apropriado, sem pressa proporcionando conforto e segurança, o mesmo sentira prazer de estar em seus braços, ouvindo sua voz, sentindo seu cheiro,

e assim percebendo todas essas carícias. Estabelecendo assim, o primeiro vínculo afetivo com sua mãe.

É no ato de amamentar que a criança recebe da mãe os microorganismos, que irão constituir a microbiota digestiva da flora do recém – nascido, também constituído durante o parto, pois através do colostro do leite humano que será oferecida as condições de nutrição necessária para essa fase de colonização. E se isso não ocorrer e essa microbiota não for eficiente, poderá causar diarreia e até desnutrição, pois o colostro tem muitas propriedades anti - infectivas (NOVAK, *et al.*, 2001).

O leite materno ajuda a eliminar o mecônio através das primeiras fezes e assim estimular o desaparecimento da icterícia, que pode ocorrer em neonatos pela imaturidade do fígado (TOLLARA, *et a.*, 2005).

A amamentação estimula liberação do hormônio ocitocina, para manter as contrações uterinas até a saída da placenta, isto evita, o risco de hemorragias após o parto e ajuda na involução do útero. Além disso, na amamentação o hormônio ocitocina é rapidamente liberado na corrente sanguínea em altos níveis, reduzindo assim o estresse e o mau humor das mães após as mamadas (RAMOS, *et al.*, 2003).

O Brasil tem priorizado ações na saúde da criança incentivando, promovendo e protegendo o aleitamento materno, como uma estratégia contra a mortalidade infantil, e para melhoria da qualidade da saúde da criança no país (Araújo, 2002). Entre os programas de incentivo ao AM no país podemos citar o Alojamento Conjunto, o método Mãe-Canguru, a Iniciativa Hospital Amigo da Criança, realizados com sucesso.

Para a redução do desmame precoce baseado na modificação da rotina hospitalar inadequada á prática da amamentação, a Organização Mundial de Saúde (OMS) e do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) normatizaram algumas orientações denominadas “Dez Passos para o Sucesso do Aleitamento Materno”(ARAÚJO *et al.*, 2003), para um hospital receber o título de Hospital Amigo da Criança deve cumprir esses passos:

- 1- Ter uma norma escrita sobre aleitamento materno, a qual deve ser rotineiramente transmitida a toda a equipe de saúde;
- 2- Treinar toda a equipe de cuidados de saúde, capacitando-a para implementar esta norma;
- 3- Informar às gestantes sobre as vantagens e o manejo do aleitamento;
- 4- Ajudar as mães a iniciar a amamentação na primeira meia hora após o parto;
- 5- Mostrar às mães como amamentar e como manter a lactação, mesmo se vierem a ser separadas de seus filhos;
- 6- Não dar a recém-nascidos nenhum outro alimento ou bebida além do leite materno, a não ser que seja indicado pelo médico;
- 7- Praticar o Alojamento Conjunto, permitir que mães e bebês permaneçam juntos 24 horas por dia;
- 8- Encorajar o aleitamento sob livre demanda;
- 9- Não dar bicos artificiais ou chupetas a crianças amamentadas ao seio;
- 10- Encorajar a formação de grupos de apoio à amamentação para onde as mães devem ser encaminhadas, logo após alta do hospital ou ambulatório (ARAÚJO, *et al.*, 2003).

É importante ressaltar que o profissional de saúde deve orientar a mãe durante a prática do aleitamento materno, preparando-a psicologicamente, orientando sobre a fisiologia da lactação, seus benefícios, cuidado com as mamas, posicionamento na hora da amamentação, este preparo deve começar durante o pré-natal, para que diante dos obstáculos o profissional encoraje a mãe a insistir na prática do aleitamento (BUENO, TERUYA, 2004).

Diante da importância das orientações sobre AM, os profissionais de saúde podem se deparar com uma demanda maior do que estão preparados tornando assim um desafio a ser enfrentado (ARAÚJO, ALMEIDA, 2007).

O início e a manutenção da amamentação se desenvolve dentro do contexto sociocultural, envolvendo diversos fatores de natureza individual, interpessoal e social, que faz necessário a capacitação dos profissionais de saúde para atuar na assistência no AM, tornando sua abordagem eficaz, demonstrando a nutriz a importância do ser mulher (ARAÚJO, ALMEIDA, 2007).

As orientações para estimular AM, dadas pelos profissionais de saúde desde o pré-natal, demonstra que as mulheres reconhecem a importância, destas orientações para que possam ter confiança e sucesso durante amamentação (SHIMODA, 2009).

Enquanto profissionais de saúde precisamos apreender a ouvir as mulheres, procurando entendê-las não somente por suas experiências, mas também através das compreensões e práticas vivenciadas na comunidade que está inserida, em relação ao AM, podendo assim sermos capazes de contribuir para o sucesso desse processo (GUSMAN, 2005).



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dessa revisão da literatura pode-se afirmar que o aleitamento materno traz inúmeros benefícios para a mãe e filho, sendo um alimento completo com fatores nutricionais específicos para o desenvolvimento da criança.

Ao amamentar a mulher aproxima-se do filho criando seus primeiros vínculos afetivos que irão fazer parte de sua vida adulta, moldando o homem que ele será no futuro, além trazer benefícios para o corpo da mulher, principalmente após alguns meses de amamentação.

O leite materno além de ser um alimento completo até os seis meses de vida do bebê, não tem custo, previne o câncer de mama, auxilia na perda de peso após a gestação, promove a involução do útero, além de aliviar as tensões vividas durante o parto tanto da mulher quanto do bebê.

Após a realização desse trabalho percebe-se a importância do preparo da mulher durante o pré-natal, onde ela deve ser orientada para que o ato de amamentar seja prazeroso, e não visto como uma obrigação, por isso nós como profissionais da saúde devemos apoiar, orientar, participar dos programas implantados pelo o governo visando melhorar a qualidade do AM e o sucesso do mesmo.

Possibilitando assim o acompanhamento de mãe e filho durante todo o processo desde o pré-natal até a puericultura, diminuindo assim o desmame precoce, orientando e tirando dúvidas, sobre mitos que muitas vezes atrapalham esse processo natural em que a mulher está vivenciando.

Através das informações e orientações recebidas dos profissionais de saúde, a mulher se sentira mais segura dos benefícios que o seu leite trará para seu filho, tendo assim prazer de amamentar.

O profissional de saúde deve estar atualizado e preparado para orientar as gestantes durante o pré-natal e após o parto, para promover a importância do AME para o desenvolvimento do RN, e saúde da mulher.

Através desse estudo podemos notar que são inúmeros os benefícios do aleitamento materno e mesmo com o passar dos anos continua destacando -se

cientificamente as suas vantagens na promoção da saúde do recém - nascido e da puérpera.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual prático para implementação da Rede Cegonha**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

FONSECA, Ana L. M. et al . **Impacto do aleitamento materno no coeficiente de inteligência de crianças de oito anos de idade**. J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre , v. 89, n. 4, Aug. 2013 . Disponível em:. Acessado em: 23 de março de 2019.

CAMPOS, A. M. S.; CHAOUL, C O.; E.V.; HIGA,R.; DO VALE, I. N. **Prática do aleitamento materno exclusivo informado pela mãe e oferta de líquidos aos seus filhos**. Revista Latino Americana de Enfermagem, v. 23, n. 2, p.283 – 289, 2015.

OLIVEIRA , A. K. P.; DE MELO, R. A. ; MACIEL,L. P. TAVARES, A. K.; AMANDO, A. AR.; SENA,C. R. S. Pereira et al . **Práticas e crenças populares associadas ao desmame precoce**. Avances em Enfermería, v. 35, n. 3,2017.

OLIVEIRA , C. S.; LOCCA, F. A.; CARRIJO, M.L. R.; GARCIA, R. A. T. M. **Amamentação e as intercorrências que contribuem para o desmame precoce**. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 36, p. 16-23, 2015.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, **A legislação e o marketing de produtos que interferem na amamentação: um guia para o profissional de saúde**; BRASÍLIA-DF, 2009.

ROCHA , M. G.; COSTA, E. S. **Interrupção precoce do Aleitamento Materno Exclusivo: experiência com mães de crianças em consulta de puericultura**. Revista Brasileira em promoção em saúde. v. 28, n. 4, p. 547-552, 2015.

CASTELLI, C. T. R.; MAAHS, M. A. P.; DE ALMEIDA, S. T. **Identificação das dificuldades de gestante e puérperas em relação ao aleitamento materno**. Revista CEFAC, v. 16, n. 4, 2014.

VIANA , R. A. A.; FERREIRA, E. G. BARBOZA, M. C.C.; SAMPAIO, L. M. A. **Aleitamento materno: desmistificando esse ato de amor como uma abordagem na promoção da saúde**. Revista da ABENO, v.14, n. 1, p. 38-46, 2014.

SILVA, Ca. S.; LIMA ,M. C.; SEQUEIRA- DE –ANDRADE, L. A. S. ; OLIVEIRA , J. S. ; MONTEIRO , J. S. ;LIMA, N. M.S. ; SANTOS, R.M. B. LIRA, A. S. P. I. C. **Association between postpartum depression and the pravtice of exclusive breastfeeding in the first three monthst of life**. Jornal de pediatria ( versão em português), v. 93, n. 4, p. 356, 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE, **Saúde da criança: nutrição infantil, BRASILIA- DF ,2009**.

BARROS S. M. O.; MARIA H. de F.; ABRÃO A. C. F. V. **Enfermagem Obstétrica e Ginecológica: Guia para a prática assistencial**. SÃO PAULO-SP, 2002.

LAKATOS, E. M.; Marconi, M. de A. **Metodologia do trabalho científico**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2001.

Tollara MN, Bonecker MJS, Carvalho GD, Corrêa MSNP. **Aleitamento natural**. In: Corrêa MSNP. *Odontopediatria na primeira infância*. São Paulo: Editora Santos; 2005. p. 83-98.

ARAÚJO MD. **Situação e perspectivas do aleitamento materno no Brasil.** In: Carvalho MR, Tamaz NR Amamentação: bases científicas para a prática profissional. Rio de Janeiro (RJ): Guanabara Koogan; 2002.

NOVAK FR, Almeida JA, Silva GO, Borba LM. **Colostro humano: fonte natural de probióticos?** *J Pediatr* 2001; 77(4):265-70.

RAMOS CV, Almeida JAG. **Alegações maternas para o desmame: estudo qualitativo.** *J Pediatr* 2003; 79(5):385-90.

ARAÚJO, M. F. M.; OTTO, A. F. N.; SCHMITZ, B. A. S. **Primeira avaliação do cumprimento dos “Dez passos para o Sucesso do Aleitamento Materno” nos Hospitais Amigos da Criança no Brasil.** Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, Recife, v. 3, n. 4, p. 411–419, out./dez. 2003.

COLAMEO, A. J.; REA, M. F. **O Método Mãe Canguru em hospitais públicos do Estado de São Paulo, Brasil: uma análise do processo de implantação.** Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, p. 597-607, mar. 2006.

COUTINHO, S. B.; LIMA, M. C.; ASHWORTH, A.; LIRA, P. I. C. **Impacto do treinamento baseado na Iniciativa Hospital Amigo da Criança sobre práticas relacionadas à amamentação no interior do Nordeste.** Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 81, n. 6, p. 471-7, 2005.

VIEIRA, G. O.; SILVA, L. R.; MENDES, C. M. C.; VIEIRA, T. O. **Mastite lactacional e a iniciativa Hospital Amigo da Criança, Feira de Santana, Bahia, Brasil.** Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 22, n. 6, p. 1193-1200, jun. 2006.

FREDERICO, P.; FONSECA, L. M. M.; NICODEMO, A. M. C. **Atividade educativa no alojamento conjunto: relato de experiência.** Revista Latino-Americana Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 8, n. 4, p. 38-44, ago. 2000.

ARAUJO,R.M;ALMEIDA J.A.G.**Aleitamento materno:o desafio de compreender a vivência.**Rev. Nutr. Vol.20;pag.431;2007.

SHIMODA, G.T. **Necessidades de Saúde de Mulheres em Processo de Amamentação[Tese].São Paulo(SP):** Universidade de São Paulo; 2009.

Gusman CR. **Os significados da amamentação na perspectiva das mães [dissertação].** Ribeirão Preto (SP): Universidade Federal de São Paulo; 2005 <[www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde.../ME-Gusman\\_CR.pdf](http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde.../ME-Gusman_CR.pdf)> Acesso em 31/03/2019.

