

Cirino, I. P. et al.



RELATO DE EXPERIÊNCIA

Educação em saúde: promovendo o aleitamento materno, um relato de experiência
Health education: promoting breastfeeding, a experience report
Educación para la salud: la lactancia promover, a informe de experiencia

Ingred Pereira Cirino¹, Camila da Costa Soares², Fernanda Vitória de Oliveira Sousa³, Raul Rodrigues Cipriano de Sousa⁴, Luisa Helena Oliveira Lima⁵, Edina Araújo Rodrigues Oliveira⁶

RESUMO

O presente estudo objetivou relatar as experiências de extensão universitária em atividades educativas sobre aleitamento materno com mães lactantes. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, extraído de um projeto de extensão universitária intitulado “Estratégias de educação em saúde para promoção do aleitamento materno. Sua execução desenvolveu-se por meio de três etapas: a primeira para capacitação técnica dos discentes, a segunda por meio de visitas domiciliares e a terceira através de atividades educativas. As atividades eram coletivas e possibilitavam a participação ativa das mães e de seus acompanhantes. O enfermeiro deve prestar assistência de forma integral às pacientes, acompanhando cada etapa da gestação até o puerpério, a fim de fomentar e aumentar a duração do aleitamento materno, bem como reduzir os índices de desmame precoce. **Descritores:** Aleitamento Materno. Educação em Saúde. Saúde da Criança.

ABSTRACT

This study aimed to report the university extension of experiences in educational activities on breastfeeding to lactating mothers. This is a descriptive study, the type experience report, drawn from a university extension project entitled "Health education strategies to promote breastfeeding,". His execution was developed through three stages: the first for technical training of students, the second through home visits and the third through educational activities. The activities were collective and made possible the active participation of mothers and their companions. The nurse must assist in full to patients, accompanying each stage of pregnancy to the postpartum period, in order to promote and increase the duration of breastfeeding and reduce early weaning rates. **Descriptors:** Breastfeeding. Health Education. Children's Health.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo informar de la extensión universitaria de experiencias en actividades educativas sobre la lactancia materna a las madres lactantes. Se trata de un estudio descriptivo, el informe de la experiencia de tipo, elaborado a partir de un proyecto de extensión universitaria titulado "Estrategias de educación en salud para promover la lactancia materna". Su ejecución se desarrollará a través de tres etapas: la primera para la formación técnica de los estudiantes, el segundo a través de visitas domiciliarias y el tercero a través de actividades educativas. Las actividades eran colectiva e hicieron posible la participación activa de las madres y sus compañeros. La enfermera debe ayudar en su totalidad a los pacientes, que acompaña a cada etapa del embarazo hasta el puerperio, con el fin de promover y aumentar la duración de la lactancia materna y reducir las tasas de destete precoz. **Descriptores:** Lactancia materna. Educación para la Salud. Salud Infantil.

¹ Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí/CSHNB. Integrante do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva- Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: ingredleo@yahoo.com.br. ² Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí/CSHNB. Integrante do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva- Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: kimi.ly@hotmail.com. ³ Acadêmica de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí/CSHNB. Integrante do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva- Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: fernanda.vitoriasousa@gmail.com. ⁴ Enfermeiro. Integrante do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva- Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: raulcipriano2009@hotmail.com. ⁵ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Adjunta II do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí/CSHNB. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva - Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: luisahelena_lima@yahoo.com.br. ⁶ Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Professora Assistente I do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí/CSHNB. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva - Saúde da Criança e do Adolescente/CHHNB/CNPq. E-mail: edinarasam@yahoo.com.br.

Cirino, I. P. et al.

INTRODUÇÃO

A infância é uma etapa do ciclo de vida que tem repercussão em todas as outras etapas, principalmente em relação à alimentação, já que os hábitos alimentares ali formados serão levados para toda a vida. A amamentação deve ser o primeiro contado alimentício do bebê devendo ser o único até os seis meses de idade.

O aleitamento materno exclusivo ocorre quando a criança recebe unicamente leite materno, sem adição de nenhum outro líquido ou sólido, este configura-se como principal fonte de nutrição e defesa para os recém-nascidos. Além disso, oferece outras inúmeras vantagens para a mãe e para o bebê; para a mãe, há uma provável proteção contra câncer de mama e ovário e para o bebê, os principais benefícios incluem a proteção do trato gastrointestinal e das vias respiratórias contra doenças infecciosas. Pode-se ainda mencionar que o aleitamento materno promove um ganho de peso adequado e estimula a formação de um maior vínculo afetivo entre mãe e filho (BRASIL, 2012).

A alimentação não é mero ato biológico, as práticas alimentares estabelecidas nos primeiros anos de vida irão repercutir na adolescência e na idade adulta, estando relacionada à cultura e às relações familiares (LIMA et al., 2014).

Amamentar é muito mais do que alimentar, é um ato de amor recíproco entre mãe e filho, devendo ser incentivada, para que suas vantagens sejam alcançadas. Deve ser estimulada, orientando a livre demanda em frequência e duração. Quando outros alimentos fazem parte das refeições antes de seis meses há redução da proteção e facilita o desmame precoce.

É notório o conhecimento dos benefícios proporcionados pela prática adequada da amamentação, entretanto ainda existem muitos fatores que impedem a realização dessa prática. A

introdução precoce de outros tipos de alimentos interfere diretamente na duração do aleitamento materno e, conseqüentemente, na promoção de saúde, podendo ocasionar menor absorção de nutrientes importantes do leite materno, como o ferro e o zinco e menor eficácia da amamentação como método anticoncepcional, maior número de episódios de diarreia e risco de desnutrição (CAMPOS et al., 2015).

O Ministério de Saúde preconiza que até os seis meses de idade seja ofertado somente o leite materno e só depois sejam introduzidos outros alimentos complementares, contudo que o aleitamento perdure, no mínimo, até os dois anos de idade.

Apesar de todas as evidências científicas devidamente comprovadas por inúmeros estudos científicos provando a superioridade do aleitamento materno (AM) sobre outras formas de alimentar a criança pequena, a maioria das crianças brasileiras não é amamentada por dois anos ou mais e não recebe leite materno exclusivo nos primeiros seis meses, como recomenda a Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil. Para que o AM seja praticado segundo as recomendações, é preciso que a sociedade em geral, e a mulher em particular, estejam conscientizadas da importância da amamentação (BRASIL, 2011).

O enfermeiro por meio da sua aproximação com a mãe e familiares pode incentivá-los, sensibiliza-los e ensina-los à promoverem o aleitamento. Amamentar é um processo natural, mas não é apenas um ato instintivo, envolve aprendizado, por isso requer prática e tempo para ser aprimorado (FILAMINGO et al., 2012).

A visita domiciliar torna-se um instrumento importante para a troca de informações vinculadas às necessidades particulares de cada indivíduo, favorecendo, desta forma, atividades educativas e mais humanizadas, pois aproxima a equipe de

Cirino, I. P. et al.
saúde ao contexto de vida das famílias (BRASIL, 2012).

Atividades de educação em saúde precisam se fundamentar no princípio da pluralidade de saberes como um dispositivo para troca mútua e a reconstrução do conhecimento (FONSECA-MACHADO et al., 2014). As práticas educativas têm intuito de melhorar a qualidade de vida e saúde, garantindo acesso a bens e serviços de saúde de qualidade, visando desenvolver tanto a capacidade individual quanto coletiva (BARBOSA et al., 2015). A identificação dos conhecimentos maternos sobre o aleitamento e prática da amamentação permitirá planejamento e formulação de políticas públicas na área da saúde e nutrição (SANTANA et al., 2013).

Desse modo, cabe ao profissional de saúde assistir integralmente ao binômio mãe-filho e buscar estratégias eficazes de promover práticas saudáveis de aleitamento materno. O presente estudo teve como objetivo relatar as experiências de extensão universitária em atividades educativas sobre aleitamento materno com mães lactantes.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, extraído de um projeto de extensão universitária intitulado “Estratégias de educação em saúde para promoção do aleitamento materno”, desenvolvido por docentes e discentes do curso de graduação em Enfermagem. Traz a descrição e os resultados de visitas domiciliares e atividades educativas desenvolvidas para a promoção do aleitamento materno em crianças usuárias de Unidades Básicas de Saúde (UBS), da zona urbana no município de Picos, Piauí. Sua execução desenvolveu-se por meio de três etapas: a primeira para capacitação técnica dos discentes,

a segunda por meio de visitas domiciliares e a terceira através de atividades educativas.

A capacitação técnica deu-se mediante estudo de artigos e curso de capacitação sobre aleitamento materno, estas abrangeram o que há de mais pertinente sobre o assunto e expuseram também os principais problemas relacionados a prática de amamentação, para que ao deparar-se com a realidade os acadêmicos soubessem agir eticamente. Dentre os conteúdos abordados destacou-se as recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) e do Ministério da Saúde, os principais fatores que levam ao desmame precoce, os benefícios de informações pertinentes a mãe/cuidadores e sua relação com um desempenho adequado da amamentação, instruções para uma pega correta e para a introdução correta dos alimentos complementares.

Após a etapa de capacitação foram iniciadas as visitas domiciliares aos 7, 30, 120, 180 dias e 12 meses de vida da criança, utilizando formulários adaptados por meio dos quais foi possível analisar o perfil obstétrico, o perfil de nascimento, o conhecimento das mães sobre as recomendações do ministério da saúde para o aleitamento materno e a inserção da alimentação complementar.

Ao observar a mamada foi possível analisar se apresentava as características corretas da pega: boca bem aberta, queixo tocando o seio, lábio inferior virado para fora, mais aréola visível acima da boca do que abaixo; e de boa posição: pescoço do bebê ereto ou um pouco curvado para trás, corpo da criança voltado para o corpo da mãe, barriga do bebê encostada na barriga da mãe, todo o corpo do bebê recebendo sustentação, bebê e a mãe confortáveis.

Após reuniões entre acadêmicos e docentes para análise do que foi vivenciado durante as visitas, ficou decidido quais as principais questões a serem trabalhadas e os métodos a serem

Cirino, I. P. et al.
utilizados nas atividades educativas. As ações extensionistas realizadas por meio desse projeto envolveram atividades desenvolvidas em encontros com mães/cuidadores, os grupos eram realizados na sala de espera das Unidades Básicas de Saúde, antes das consultas de enfermagem de puericultura, para a promoção do aleitamento materno. Os recursos adotados foram folder instrutivo e material educacional para palestra. Utilizou-se linguagem acessível em razão da pluralidade sociocultural do público-alvo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Desenvolvimento

A proposta para o desenvolvimento do referido projeto de extensão surgiu a partir do interesse de docentes do Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva que desenvolvem pesquisas relacionadas à saúde da criança, em conhecer a realidade local do aleitamento materno e promover educação em saúde alimentar para mães/cuidadores. Assim, criou-se um elo entre docentes e acadêmicos que tinham atração pela saúde da criança e pela amamentação. Tal grupo de pesquisa aborda a prática do aleitamento materno sob o enfoque sociocultural, considerando suas dimensões individual, familiar e coletiva.

A partir do contato com a realidade da amamentação durante as visitas às casas das crianças percebeu-se que a maior parte delas era amamentada, mas poucas recebiam aleitamento exclusivo. A veracidade é que o aleitamento se tornava muitas vezes o complemento alimentar e que a base da alimentação dessas crianças era o leite extra materno, mingaus e outras fontes alimentares, o que favorece o desmame precoce.

Assim, foi possível notar que havia grande necessidade de instruir mães/ cuidadores sobre os

benefícios que o leite materno trazia para o bem-estar durante a infância e para toda a vida.

Após a produção do material educativo foram agendadas reuniões com as enfermeiras das Unidades Básicas de Saúde, com intenção de decidir o melhor método para realizar as atividades educativas de forma a conseguir o maior público-alvo possível, ficando decidido realizar a educação em saúde na sala de espera para a consulta de enfermagem de puericultura, que é realizada uma vez por semana.

As atividades eram coletivas e possibilitavam a participação ativa das mães e de seus acompanhantes. Em um primeiro momento houve a apresentação do folder educativo, que continha instruções sobre benefícios e vantagens do aleitamento materno, a importância de sua exclusividade até 6 meses de vida e continuidade dessa prática até dois anos, os primeiros alimentos e em qual idade devem ser iniciados, quantidade adequada, horários, higiene dos alimentos, e dicas relevantes. Em seguida, os receptores das informações interagiram por meio de perguntas e explanando as suas vivências e experiência.

Por meio da palestra foram reforçadas as informações já expostas no folder de forma mais detalhada. Nessa etapa falou-se da relevância de não oferecer água ou chás antes dos seis meses de idade, da soberania do leite humano às outras fontes alimentares, de como devem ser preparados os alimentos que serão introduzidos após seis meses, da magnitude das frutas, cereais, tubérculos, legumes, carnes, ovos e grãos como fontes de nutrientes, e do valor nutritivo que há em manter o aleitamento materno junto a esses alimentos.

A educação em saúde promove um vínculo entre educador e educando de forma tão recíproca que ao ser concluída não se sabe ao certo quem desempenhou qual papel. As experiências foram trocadas através do

Cirino, I. P. et al.
acolhimento das dúvidas apresentadas, como condutoras do método.

Refletindo a experiência para a formação acadêmica

A partir das atividades executadas pelo projeto de extensão foi possível agregar informações pertinentes acerca de situações vivenciadas pelas puérperas, garantindo mais segurança e estímulo a estas e permitindo também a troca de experiência entre acadêmicos e nutrízes. Foram salientados assuntos fundamentais através de debate com materiais didáticos, sanando dúvidas existentes. Deste modo, nota-se que o conhecimento prévio referente ao aleitamento materno sem consonância com o apoio de familiares e amigos não pode garantir a promoção eficaz do aleitamento materno (RODRIGUES et al., 2014).

Sabe - se que a prática do aleitamento materno exclusivo contribui amplamente na prevenção de doenças infecciosas, uma vez que a vulnerabilidade social associada à desnutrição e falta de saneamento básico existentes no país tornam as crianças alvo fácil de determinadas patologias (FRAIFER; SANTO, 2011).

A valiosa experiência compartilhada com as participantes do projeto possibilitou para os acadêmicos momentos de grande aprendizado pessoal e profissional, aperfeiçoando assim o conhecimento teórico em relação à prática de aleitamento materno. A capacitação profissional permite a transformação das atitudes e práticas maternas quanto ao AM e alimentação complementar, segundo estudos em diferentes países com desenvolvimento socioeconômico semelhante à do Brasil (VITOLLO et al., 2014).

Desta forma, é salutar a forma de abordagem dos profissionais enfermeiros sobre a amamentação com as puérperas e seus familiares, uma vez que, executada de maneira efetiva

estimula o aleitamento materno exclusivo, reduzindo as possibilidades do desmame precoce. A transmissão de conhecimento entre o profissional de saúde e a puérpera ocorre, principalmente, durante as consultas de pré-natal, onde devem ser externadas informações apropriadas acerca da amamentação para anular quaisquer dúvidas existentes. O profissional enfermeiro desempenha papel encorajador no que diz respeito à amamentação desde o pré-natal até o puerpério (CORDEIRO; FILHO, 2013). Neste aspecto, a extensão universitária favorece a preparação dos futuros profissionais por meio da prática cotidiana.

CONCLUSÃO

A experiência concedida pelo projeto foi bastante significativa para o crescimento dos discentes, favorecendo um feed positivo por parte da população contemplada. Portanto, o projeto desenvolvido oportuniza a orientação e assistência de qualidade, como também favorece a aproximação dos futuros profissionais com a sociedade. Evidenciou-se a consolidação do significativo elo entre academia e comunidade, incentivando a inserção de intervenções educativas e colaborando na formação de profissionais qualificados, por meio da integração de conhecimento e aprimoramento de aptidões.

Todavia, ainda existem alguns contratempos impedindo um maior alcance no quantitativo de nutrízes e a continuidade do acompanhamento domiciliar para a manutenção do aleitamento materno, tais como: mudança de área, desestímulo por parte da lactante, influências familiares que facilitam o desmame precoce.

Em vista disso, deve-se aprimorar as formas de comunicação a fim de garantir a continuidade do cuidado, implementando estratégias educativas

Cirino, I. P. et al. que enfatizem a pertinência do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade, bem como a introdução da alimentação complementar adequada e a manutenção do aleitamento até dois anos de idade, no mínimo, tal como incentivar a realização de educação permanente para instruir e capacitar os profissionais enfermeiros, estes que atuam como protagonistas no êxito da lactação.

enfermeiras. *Rev Rene*. v. 15, n. 5, p. 832-41, 2014.

SANTANA, J. M.; BRITO, S. M.; SANTOS, D. B. Amamentação: conhecimento e prática de gestantes, *O Mundo da Saúde*, v. 37, n. 3, p. 259-267, 2013.

VITOLLO M. R. et al. Impacto da atualização de profissionais de saúde sobre as práticas de amamentação e alimentação complementar. *Cad. Saúde Pública*, v. 30, n. 8, p. 1695-1707, 2014.

REFERÊNCIA

BARBOSA, L. N. et al. Prevalência de práticas educativas acerca do aleitamento materno exclusivo (AME) em Cuiabá - MT. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, v. 19, n. 1, 2015.

Submissão: 12/12/2015

Aprovação: 08/08/2016

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Cadernos de Atenção Básica, n. 33.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde**. Cuidados gerais. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2011.

CORDEIRO, T. M. S. C.; FILHO, V. F. M. Oficina sobre aleitamento materno: uma experiência exitosa num hospital referência em gestação de alto risco. *Ensino, Saúde e Ambiente*, v. 6, n. 3, p. 228-240, 2013.

FILAMINGO, B. O.; LISBOA, B. C. F.; BASSO, N. A. S. A prática do aleitamento materno entre mães adolescentes na cidade de Dois Córregos, estado de São Paulo. *Scientia Medica*, v. 22, n. 2, p. 81-85, 2012.

FONSECA-MACHADO, M. O. et al. Educação em saúde e a prática do aleitamento materno: um relato de experiência. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v.38, n.2, p.466-476, 2014.

FRAIFER V. S. S.; SANTO E. E. A importância da exclusividade do aleitamento materno nos primeiros seis meses de vida. *Diálogos e Ciências*, v. 26, p. 1-10, 2011.

LIMA, A. P. E. et al. Práticas alimentares no primeiro ano de vida: representações sociais de mães adolescentes. *Rev Bras Enferm*, v. 67, n. 6, p. 965-71, 2014.

RODRIGUES, B.,C., et al. Aleitamento materno e desmame: um olhar sobre as vivências de mães

R. Interd. v. 9, n. 4, p. 181-186, out. nov. dez. 2016