

## **Aleitamento materno: Uma prática saudável para a qualidade de vida da gestante e do recém-nascido**

**Breastfeeding: a healthy practice for the quality of life of pregnant women and newborns**

**Lactancia materna: una práctica saludable para la calidad de vida de embarazadas y recién nacidos**

Recebido: 18/07/2022 | Revisado: 30/07/2022 | Aceito: 08/08/2022 | Publicado: 10/09/2022

**Patrícia Mendonça Cavaglieri**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6762-0560>

Universidade Brasil, Brasil

E-mail: [patricia.cavaglieri@hotmail.com](mailto:patricia.cavaglieri@hotmail.com)

**Karine Paula Balduino**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7276-5123>

Universidade Brasil, Brasil

E-mail: [karinepaulabalduino@gmail.com](mailto:karinepaulabalduino@gmail.com)

### **Resumo**

O crescimento dos índices de melhora no desenvolvimento das crianças, através do aleitamento materno, só fez aumentar as discussões em termos de saúde e qualidade de vida, tanto da gestante quanto para o recém-nascido. Sendo assim, o objetivo da pesquisa é apresentar informações no cenário científico e que, atendam principalmente, as expectativas de esclarecimentos para as gestantes, bem como para a comunidade médica. A pesquisa teve como metodologia a pesquisa bibliográfica, através da busca em artigos publicados no Scielo, Pubmed, bem como a análise em artigos científicos publicados nos bancos de dados disponíveis. A pesquisa identifica a necessidade de o profissional da área da saúde voltar seus olhares para a prática de orientação durante as consultas, para que a gestante se sinta confortável e confiante no ato de amamentar. Identificou-se que a prática do aleitamento materno requer cuidados antes e pós-parto. Verificou-se que esses cuidados envolvem, desde a conscientização da mãe sobre a importância de amamentar, caminhando para a preparação e estimulação da produção do leite, até o ato propriamente dito. Conclui-se, portanto, que o leite materno é o único alimento que tem todos os nutrientes necessários para saúde do recém-nascido, capaz de evitar, casos graves de infecções e alergias, por causa da presença de anticorpos e hormônios essenciais para o crescimento do bebê. Quanto a saúde da mãe, a amamentação pode favorecer a rápida recuperação pós-parto, aumento de vínculo afetivo entre mãe e bebê e até mesmo prevenir o câncer de mama.

**Palavras-chaves:** Aleitamento materno; Gestante; Recém-nascido; Saúde.

### **Abstract**

The growth in the rates of improvement in the development of children, through breastfeeding, only increased the discussions in terms of health and quality of life, both for the pregnant woman and for the newborn. Therefore, the objective of the research is to present information in the scientific scenario and that, mainly, meet the expectations of clarification for pregnant women, as well as for the medical community. The research methodology was bibliographic research, through the search of articles published in Scielo, Pubmed, as well as the analysis of scientific articles published in the available databases. The research identifies the need for health professionals to focus on the practice of guidance during consultations, so that the pregnant woman feels comfortable and confident in the act of breastfeeding. It was identified that the practice of breastfeeding requires care before and after delivery. It was found that this care involves, from raising awareness of the mother about the importance of breastfeeding, moving towards the preparation and stimulation of milk production, to the act itself. It is concluded, therefore, that breast milk is the only food that has all the nutrients necessary for the health of the newborn, capable of preventing serious cases of infections and allergies, due to the presence of antibodies and hormones essential for growth. of the baby. As for the health of the mother, breastfeeding can promote rapid postpartum recovery, increase the emotional bond between mother and baby and even prevent breast cancer.

**Keywords:** Breastfeeding; Pregnant; Newborn; Health.

### **Resumen**

El crecimiento en los índices de mejoría en el desarrollo de los niños, a través de la lactancia materna, solo aumentó las discusiones en términos de salud y calidad de vida, tanto para la gestante como para el recién nacido. Por lo tanto, el objetivo de la investigación es presentar informaciones en el escenario científico y que, principalmente, atiendan las expectativas de esclarecimiento de las gestantes, así como de la comunidad médica. La metodología de investigación fue la investigación bibliográfica, a través de la búsqueda de artículos publicados en Scielo, Pubmed, así como el análisis

de artículos científicos publicados en las bases de datos disponibles. La investigación identifica la necesidad de que los profesionales de la salud se centren en la práctica de la orientación durante las consultas, para que la gestante se sienta cómoda y segura en el acto de amamantar. Se identificó que la práctica de la lactancia materna requiere cuidados antes y después del parto. Se constató que ese cuidado involucra, desde la concientización de la madre sobre la importancia del amamantamiento, pasando por la preparación y estimulación de la producción de leche, hasta el acto mismo. Se concluye, por tanto, que la leche materna es el único alimento que posee todos los nutrientes necesarios para la salud del recién nacido, capaz de prevenir casos graves de infecciones y alergias, debido a la presencia de anticuerpos y hormonas indispensables para el crecimiento de la bebé. En cuanto a la salud de la madre, la lactancia materna puede promover una rápida recuperación posparto, aumentar el vínculo afectivo entre la madre y el bebé e incluso prevenir el cáncer de mama.

**Palabras clave:** Lactancia materna; Embarazada; Recién nacido; Salud.

## 1. Introdução

Há muito tempo, o assunto Aleitamento Materno vem despertando dentro do cenário da saúde muitas reflexões e preocupações. Isso envolve, principalmente, o direcionamento e a criação de políticas públicas que sejam capazes e eficazes no sentido de conduzir e orientar a gestante, desde o atendimento inicial até o puerpério, em relação a importância e os benefícios da amamentação, tanto para a saúde da mãe quanto do recém-nascido.

Pode-se afirmar que o entendimento acerca da necessidade de o bebê mamar, está relacionada com a etapa do processo reprodutivo da mulher, cuja prática, resulta em benefícios, tanto para a mãe quanto para a criança envolvida no processo de amamentação. Quando a mãe opta por amamentar a criança, além de prover o alimento ao filho, ocorre a proximidade corporal, momento de extremo sentidos para a relação mãe e filho.

É nesse cenário que entra a questão da importância de um trabalho orientador preventivo dentro das unidades de saúde, sejam públicas, quanto privadas. Entende-se que um trabalho orientador e preventivo deve estar em total conformidade com as orientações estabelecidas pelo Ministério da Saúde.

Para tanto, o objetivo geral da pesquisa é apresentar a importância do aleitamento materno para a saúde da gestante e do bebê. Tem como objetivos específicos destacar a importância das questões que envolvem o ato de amamentar; discutir os aspectos relacionados a orientação adequada as gestantes; apontar os benefícios da amamentação para a futura mãe e do bebê; compreender a amamentação como, além de um ato de amor, busca de saúde; conhecer o papel do profissional de saúde em relação a orientação das gestantes.

O problema de pesquisa cuja solução será buscada no decorrer deste trabalho visa refletir sobre: De que maneira o aleitamento materno pode contribuir para a saúde da gestante e do recém-nascido? A hipótese de estudo consiste em mostrar que um trabalho de orientação e preventivo pode conduzir para o bem-estar da mãe e do bebê.

Sabe-se que essas ações, bem como o tratamento pré-parto e pós-parto, envolvem momentos de atenção básica, o que não deixa de ser um grande desafio para o profissional da saúde. Diante deste cenário decidiu-se realizar esta pesquisa a respeito da importância do aleitamento materno e apresentar consideráveis ações que possam contribuir para uma melhora na qualidade de vida das pacientes e seus filhos, além de levantar conceitos teóricos importantes sobre o assunto.

Sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo realizar uma revisão bibliográfica para refletir sobre as evidências científicas sobre a importância do aleitamento materno, bem como seus impactos na saúde da mãe e do bebê. Esta proposta de pesquisa é relevante para o profissional da saúde, no campo materno infantil, com vistas a promover, defender e apoiar a amamentação de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e da Organização Mundial de Saúde.

## 2. Metodologia

Utilizou-se como metodologia na realização deste trabalho, a pesquisa bibliográfica. Optou-se por uma revisão narrativa, em que se analisa meticulosamente publicações da área. Isso possibilitou o esclarecimento de conceitos e análise de

resultados já encontrados dentro da literatura sobre o tema abordado, ou seja, sobre a importância da amamentação, tanto para a recuperação da mãe, quanto para o bebê.

Reconhece-se que a pesquisa bibliográfica é fundamental para formular um conhecimento teórico e isso permite uma análise mais ampla e profunda do tema escolhido. Para Rapazzo (2015) a aplicação deste tipo de pesquisa objetiva gerar conhecimentos novos para avanço da ciência sem aplicação prática prevista. Sendo assim, a pesquisa bibliográfica foi elaborada a partir de material já publicado, como livros, artigos, periódicos, Internet, etc.

A temática foi encontrada nos textos de Almeida (2014), nos documentos do Ministério da Saúde (2015, 2016, 2022), artigos publicados em Bertolozzo (2022), Caputo Neto (2013), Carvalho (2014), dados da OMS (2019), Marcondes (2019) Valezin, et. al., (2019), Tamasia (2016).

Para Pereira (2018) esse tipo de pesquisa abrange a leitura, análise e interpretação de livros, periódicos, textos legais e por tudo isso, deve ser uma rotina tanto na vida profissional da saúde, principalmente os médicos especialistas na saúde da mulher. O conhecimento obtido com o levantamento dessas informações constitui-se na base referencial para a análise do estudo bibliográfico.

### **3. Resultados e Discussões**

#### **3.1 Sobre o aleitamento materno**

Foram realizados levantamentos acerca da importância do aleitamento materno em referenciais teóricos e verificou-se que, conforme refletido anteriormente, entende-se que amamentar é considerado a melhor estratégia para evitar a mortalidade de crianças na faixa etária de 0 a 5 anos. Isso, porque o leite da mãe, nesse período de vida, é o alimento mais completo, ou seja, que contém em sua composição todos os nutrientes que uma criança precisa (Bertolozzo, 2022).

Verificou-se em Caputo Neto (2013) que o aleitamento materno precisa ser entendido como uma das principais ações entre a mãe e o filho. As questões que envolvem esse cenário, vão muito mais além das emoções desencadeadas durante o ato, até chegar na saúde dos envolvidos.

Conforme a OMS (2019) o conceito de amamentar se refere a oferta exclusiva de leite materno à criança. Isso envolve o contato direto com a mama ou, e caso de necessidade a ordenha, ou leite humano de outra fonte. Ainda, conforme dados da OMS (2019) o leite não pode ter misturas com outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos.

Em Carvalho (2014) verificou-se que a exclusividade do amamentar nos primeiros seis meses de vida do bebê pode garantir uma nutrição adequada, melhorando no desenvolvimento das estruturas orais, como lábios, língua, bochechas, palato duro e mole, que tem como funções ajudar na respiração, sucção, mastigação, deglutição e fonoarticulação, além de favorecer o padrão de respiração nasal.

A OMS recomenda que o leite materno deve ser oferecido, único e exclusivamente, ao recém-nascido até o sexto mês de vida. Contudo, a partir dessa idade, pode-se introduzir aos poucos, outros líquidos, ou até mesmo outros alimentos que sejam adequados a idade da criança (OMS, 2019)

Valezin et al (2019) apontam que o leite da mãe, por ser um alimento completo, além de possuir todos os nutrientes necessários para o bebê, facilita a digestão, transmite anticorpos capazes de proteger a criança de muitas enfermidades, tais como as alergias, infecções respiratórias e também, a diarreia.

Almeida (2014) afirma que o ato de amamentar está ligado, além de questões fisiológicas da espécie humana, a aspectos socioculturais. Contudo, o autor salienta que, por não ser um ato instintivo, deve ser orientado, motivado e, principalmente protegido pela sociedade. Isso porque, amamentar pode ser considerado o maior e mais importante desempenho materno na vida de uma mulher.

Tamasia (2016) reflete sobre alguns fatores de ordem social que podem influenciar diretamente à amamentação. Para o autor, o principal deles, sem dúvida, é o fato da mulher estar inserida no mercado de trabalho, que muitas vezes a impede do contato físico com o bebê, bem como desestimula a intenção da mãe em amamentar. Outros fatores que podem dificultar o estabelecimento da amamentação estão relacionados a anatomia das mamas, mas principalmente, a falta de orientação adequada em relação ao ato de amamentar, assunto que será abordado posteriormente, por ser considerado de grande relevância na intenção de alcançar os objetivos pretendidos da pesquisa.

A OMS (2019) aponta algumas características peculiares podem ser apontadas e uma delas envolve o aleitamento materno exclusivo, situação em que a criança recebe apenas o leite materno, através da mama ou ordenhamento, ou até mesmo o leite humano de outra fonte. O procedimento de aleitamento não envolve a ingestão de outros líquidos ou sólidos, contudo, existe a exceção de gotas ou xaropes que contenham vitaminas sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos.

Para Caputo Neto (2013) complementado é aquele que a criança recebe, além do leite materno, algum tipo de complemento (alimento) sólido, tendo como única e exclusiva função complementar a alimentação. Ainda, para o autor, pode ocorrer a amamentação mista ou parcial, no qual a criança recebe outros leites, além do leite materno. Vale salientar que a composição do leite materno envolve água, proteínas, lipídios, carboidratos, vitaminas e minerais.

Caputo Neto (2013) salienta que o leite da mãe pode evitar, casos graves de infecções e alergias, por causa da presença de anticorpos e hormônios que são essenciais para o crescimento do bebê. O autor aponta que, além de fortalecer o vínculo entre mãe e filho, a amamentação deve acontecer, prioritariamente, até os seis meses, como única fonte de alimento.

Segundo Bertolozzo (2017) em termos de nutrientes, a composição do leite materno de outros leites, tanto qualitativa quanto quantitativamente de outros leites, principalmente os leites de fórmulas. Entre os hormônios encontrados no leite materno estão a insulina, esteroides adrenais, T3 e T4, leptina e outros que podem regular o metabolismo do recém-nascido. Vale destacar que o leite materno favorece diferentes respostas endócrinas, ou seja, fatores que dizem respeito a liberação de hormônios pancreáticos e intestinais. O Quadro 1 apresenta a composição do leite materno, ou seja, leite humano.

**Quadro 1** - Composição do leite humano.

Nutrientes (em 100 ml)	Composição do leite humano <sup>a</sup>
Calorias ( Kcal)	61,7
Proteínas ( g)	1,1
Carboidratos ( g)	8,6
Lipídios (g)	2,6
Cálcio ( g)	17,87
Fósforo ( mg)	9,74
Magnésio (mg)	2,47
Sódio (mg)	17,27
Potássio (mg)	35,52
Zinco ( mg)	0,46

Fonte: <http://bromatopesquisas-ufrrj.blogspot.com/2017/06/ausencia-do-leite-materno-por-que-o.html>

### 3.2 Benefícios da Amamentação

Por ser um assunto que merece muita atenção, é importante considerar e destacar, principalmente, os benefícios da amamentação. Caputo Neto (2013) aponta que, além de ser um momento de extremo afeto entre a mãe e o bebê, a amamentação pode ser considerada um dos maiores aliados para a redução da mortalidade infantil.

Bertolozzo (2017) reafirma autores supracitados, apontando que, por ser um alimento completo, o leite materno protege o bebê de infecções que podem ser as causadoras da mortalidade infantil, constituindo-se, portanto, o principal alimento para os seis primeiros meses de vida.

Para o autor, a amamentação de longa duração, favorece a saúde das mães, reduzindo o risco de câncer de ovário e de mama, ajudando no espaçamento das gestações, com efeito hormonal que pode induzir até mesmo a falta de menstruação.

O método é conhecido como LAM (Método de Amenorreia Lactacional) e, muitas mulheres o utiliza como método anticonceptivo natural. O Quadro 2 apresenta os benefícios da prática do aleitamento materno em toda sua completude.

**Quadro 2 - Benefícios do aleitamento materno para a mãe.**

Recuperação mais rápida do peso pré-gestacional
Menor prevalência de câncer de ovário, endométrio e mama;
Melhor homeostase da glicose em mulheres que amamentam, trazendo proteção contra diabetes para ela e para o bebê
Menos fraturas ósseas por osteoporose.

Fonte: Caputo Neto (2013).

Conforme dados encontrados em Brasil (2015) a maior parte do leite da mama é produzida, enquanto a criança mama, sob o estímulo da prolactina. Paiva (2010) descreve a prolactina como sendo um hormônio conhecido por ser o principal responsável pela produção do leite materno. Esse hormônio é produzido na adenohipófise, região que fica situada no lobo anterior da hipófise.

Valezin (2019) aponta ainda que a prolactina é responsável pela preparação das mamas, para receber a produção do leite. Sendo assim, constata-se que ela atua nessa produção desde o início da gravidez, até o puerpério, tempo em que a mulher está se recuperando das mudanças ocorridas durante a gravidez.

Caputo Neto (2013) salienta que durante a amamentação, outra substância é liberada pelo estímulo da sucção da criança, que é a ocitocina, responsável pela visão, cheiro e choro da criança, bem como, pelos fatores emocionais que envolvem a motivação, tranquilidade e autoconfiança.

Contudo, o autor salienta que outras situações podem acontecer, e isso envolve a dor, o estresse, o desconforto e até mesmo o medo, prejudicando a liberação da ocitocina e, conseqüentemente, a liberação e saída do leite materno. (Caputo Neto, 2013) explica que a amamentação única e exclusiva do leite materno até os seis meses, pode proteger a criança contra infecções gastrointestinais, bem como outros benefícios que podem ser analisados no Quadro 3:

**Quadro 3 - Benefícios do aleitamento materno para o recém-nascido.**

Para a Criança Redução da mortalidade na infância;
Proteção contra diarreia;
Proteção contra infecções respiratórias;
Proteção contra alergias;
Proteção contra hipertensão, hipercolesterolemia e diabetes;
Proteção contra obesidade;
Promoção do crescimento;
Promoção do desenvolvimento cognitivo;
Promoção do desenvolvimento da cavidade bucal;
Promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho.

Fonte: Caputo Neto (2013).

Importante destacar que o risco de morte em decorrência de infecções, diarreias e outros, pode aumentar em situações em que os bebês são amamentados parcialmente ou até mesmo quando eles não são amamentados (Brasil, 2022). Conforme

aponta (Caputo Neto, 2013), por ser uma fonte importante de energia e nutrientes, o leite materno é responsável pela saúde de crianças e adolescentes que foram amamentados durante o tempo adequado e não apresentam sobrepeso ou obesidade.

O autor ainda aponta que a amamentação pode favorecer desempenho em testes de inteligência superiores as crianças que não foram amamentadas. Portanto, a amamentação reduz os riscos e custos de saúde do indivíduo, resultando em ganhos econômicos para a família em geral.

Estudos encontrados em Marcondes (2019) sugerem que crianças que mamaram durante o primeiro ano de vida, apresentam redução na incidência de diabetes melito insulino dependente (tipo 1) e não insulino dependente (tipo 2), doença celíaca e de crohn, linfoma, leucemia e doença de Hodgkin, sobrepeso e obesidade, hipercolesterolêmicas e asma, em comparação com indivíduos que não foram amamentados.

Algumas discussões acerca da importância do amamentar foram encontradas em Campos (2020) que aponta que por muito tempo a ação de amamentar fazia parte do cenário das famílias do mundo inteiro. No entanto, com a modernidade e a busca pela estética corporal, e até mesmo por preconceito e falta de informação, muitas mães deixaram de amamentar. Atualmente, verificou-se que esse cenário vem mudando, principalmente, pela preocupação da comunidade da saúde em relação a amamentação.

Brasil (2022) aponta que a amamentação não é um ato instintivo e precisa ser reaprendido pelas mães da atualidade. Para que esse cenário mude é preciso que as mães entendam que o ato em si, precisa ser um ato tranquilo, feliz e prazeroso para ambos, tanto a mãe quanto ao filho recém-nascido. Portanto, algumas orientações precisam ser explanadas dentro dos consultórios médicos, no sentido de ampliar a visão equivocada que as mães têm em relação a amamentação. Essas orientações precisam acontecer desde as consultas do pré-natal, no qual deve-se avaliar as mamas e os mamilos, bem como o preparo destes e os cuidados após o parto.

De acordo com Brasil (2016) a técnica de amamentação, ou seja, a maneira como a dupla mãe/bebê se posiciona para amamentar/mamar e a pega/sucção do bebê são muito importantes para que o bebê consiga retirar, de maneira eficiente, o leite da mama e também para não machucar os mamilos.

Para Tamasia e Sanches (2016) o aleitamento materno é fundamental para redução da mortalidade infantil, sendo assim é necessária a implementação de ações que promovam, incentive e apoie sua prática. De acordo com os autores, deve-se iniciar o aleitamento materno sob regime de livre demanda, logo após o parto, sem horários pré-fixados, estando a mãe em boas condições e o recém-nascido com manifestação ativa de sucção e choro.

Importante salientar que o ato de amamentar é de fundamental importância para a mãe, para a criança e, também para a sociedade, devendo ser sempre incentivada e protegida. Para Lima et.al (2019) amamentar representa uma constitui-se uma estratégia natural de vínculo e proteção entre mãe e filho.

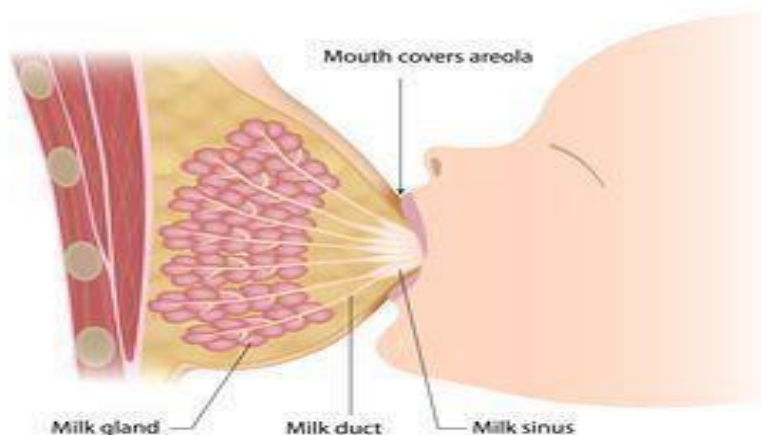
Contudo, importante salientar que as práticas de amamentação precisam ser observadas para que sejam bem-sucedidas, afinal, ambos precisam estar confortáveis para o ato em si. No momento da amamentação, a mãe precisa estar tranquila, calma e principalmente atenta aos sinais visíveis de sucção da criança. Tudo isso se faz necessário para que a fisiologia da lactação se estabeleça (Tamasia & Sanches, 2016).

Tamasia e Sanches (2016) afirmam que o estado emocional da mãe colabora para a ejeção do leite, principalmente na liberação da ocitocina pela hipófise. Os autores apontam que nos primeiros dias de vida, as mamadas precisam ser frequentes para que o desenvolvimento da lactação aconteça. Após, o vínculo estabelecido, o choro do bebê e a necessidade do alimento, regulam naturalmente os horários das mamadas.

Brasil (2022) salienta que a frequência das mamadas passa acontecer pela relação estabelecida entre a mãe e o recém-nascido, bem como entre o volume de leite e a necessidade de alimentar da criança, que expressará essa necessidade através de choros e movimentos de busca para a sucção.



**Figura 1-** Posição adequada para a sucção.



Fonte: [https://www.medicinanet.com.br/conteudos/revisoes/2945/aleitamento\\_materno.htm](https://www.medicinanet.com.br/conteudos/revisoes/2945/aleitamento_materno.htm)

De acordo com Brasil (2019) embora a sucção do recém-nascido seja um ato de reflexo, a criança precisa aprender a retirar o leite do peito de forma eficiente. Quando o bebê pega a mama adequadamente, forma-se um lacre perfeito entre a boca e a mama. Contudo, o procedimento requer uma abertura ampla da boca, abocanhando não apenas o mamilo, mas também parte da aréola, o que pode garantir a formação do vácuo, indispensável para que o mamilo e a aréola se mantenham dentro da boca do recém-nascido.

A OMS (2022) faz uma observação em relação a conduta da amamentação. O autor aponta que não se deve estabelecer limites de tempo de mamada, para que o ritmo da sucção de cada lactente seja respeitado e ele consiga esvaziar a mama, ingerindo o leite posterior. Para tanto, se faz necessário, depois de uma mamada em uma mama, a mãe precisa oferecer a última mama, ou seja, a mama da mamada anterior.

Conforme destaca (Tamasia & Sanches, 2016) o uso de chás, chupetas e mamadeiras e outros devem ser evitados, assim como o uso de cigarro e bebidas alcoólicas. Porém, o uso de água, deve ser uma constante na prática da amamentação. Algumas culturas como o uso de ervas, alimentos especiais como sopa, canjas e outros podem aumentar naturalmente o volume do leite materno, isso, porque aumentam a confiança e relaxam a nutriz.

Contudo, o protocolo de amamentação oferecido pela OMS (2022) propõe que na Unidade Básica de Saúde é necessário que exista pelo menos um profissional responsável pelo atendimento às nutrizes que procurem o serviço, com alguma dificuldade na amamentação. Este profissional deverá seguir os passos do aconselhamento na amamentação, conforme explicitado no quadro abaixo:

**Quadro 4 - Práticas necessárias no ambiente das UBS.**

• Levar a usuária para um local adequado (com privacidade) para o atendimento.
• Sentar próximo a mesma de preferência sem mesa entre o profissional e a usuária, devendo ficar na mesma altura, para que possa olhar nos olhos.
• Ouvir atentamente a nutriz.
• Não julgar.
• Nunca dar ordens.
• Oferecer uma ou duas sugestões, intervindo somente o necessário.
• Solicitar para que ela coloque o bebê para mamar, podendo o profissional assim observar tudo que a nutriz está fazendo de adequado ou não, intervindo apenas naquilo que estiver dificultando o processo.
• Elogiar tudo que a nutriz estiver fazendo adequadamente.
• Garantir a ela a continuidade no atendimento, sempre que a nutriz ou o profissional julgarem necessário.
• Orientar para que não seja oferecido ao bebê, chupetas, mamadeiras ou qualquer outro bico, pois eles poderão interferir na sucção e dificultar o aleitamento materno.

Fonte: [https://saude.campinas.sp.gov.br/programas/protocolos/protocolo\\_crianca\\_adolescente/caderno\\_crianca/10anexo5.pdf](https://saude.campinas.sp.gov.br/programas/protocolos/protocolo_crianca_adolescente/caderno_crianca/10anexo5.pdf)

Importante salientar que, dentre as orientações que precisam ser apresentadas estão as que envolvem o desmame, principalmente o precoce, ou seja, aquele que acontece por vontade da mãe e no cenário de retorno ao trabalho. Conforme o Ministério da Saúde (2022) as mães precisam conhecer seus direitos em relação a licença maternidade e se organizarem para a introdução de alimentos complementares, o que não necessariamente dispensa o aleitamento materno, que pode ser realizado em horários diferenciados.

Uma das opções que a mãe tem, é o da coleta do leite através do movimento de ordenha manual ou por sucção em aparelhos apropriados para o ato. Contudo, importante destacar que O profissional de saúde precisa executar o procedimento, para que a mesma possa aprender de maneira que a mãe se sinta segura para fazer em casa. Dicas como coleta, armazenamento e manuseio precisam ser claramente expostas para que a mãe não desista do ato de amamentar, mesmo retornando as rotinas diárias (Ministério da Saúde, 2022)

Conforme verificou-se nas evidências científicas, amamentar a criança apenas com o leite materno nos seis primeiros meses de vida também, pode prevenir o surgimento de doenças respiratórias, intestinais, urinárias, alérgicas, infecções hospitalares e até mesmo Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) (Valezin et. al., 2019).

#### **4. Considerações Finais**

Os estudos realizados sobre a temática da Importância do aleitamento materno para a saúde da mulher e do recém-nascido possibilitaram entender que o ato de amamentar representa a melhor maneira de alimentar a criança e colaborar com a saúde da mãe. Pode-se afirmar que, além de reduzir a mortalidade infantil, o leite materno ofertado ao recém-nascido até aos seis meses de vida pode impedir que a criança tenha infecções, anemia, deficiências de vitaminas A e outras deficiências de micronutrientes, excesso de peso e desnutrição, bem como contribui para o crescimento e o pleno desenvolvimento das crianças.

Quanto a saúde da mãe, a amamentação é importante por oferecer um vínculo entre mãe e filho, por influenciar diretamente na condição emocional da mulher e, diminuir os riscos de câncer de mama. Contudo, importante salientar que,



muitas mulheres desconhecem as principais informações sobre a amamentação, o que as impede de se prepararem para o ato de amamentar.

Pode-se considerar que dentre os estudos realizados, as hipóteses mais assertivas sobre a importância da amamentação para a saúde da mulher e do recém-nascido é a de que o leite materno é o melhor alimento até o sexto mês, que para a mulher ajuda a voltar mais rápido no pós-parto dentre outros benefícios citados anteriormente e que circulam nas literaturas encontradas. Portanto, conclui-se que nenhuma ação ou estratégia é tão benéfica para a saúde e qualidade de vida da mãe e do bebê quanto amamentar. Isso envolve, principalmente, o risco de não morte até os cinco anos. Com base na importância do tema, no futuro, um relato de caso associado a mães que trabalham e amamentam seria de grande valia para o acervo da saúde da mulher e a puericultura.

## Referências

- Almeida, J A G & Novak, F R (2004). Amamentação: um híbrido natureza-cultura. *J Pediatr*, 80 (5 Supl), S119-S125.
- Azevedo, A R R; Alves, V H; Souza, R M P; Rodrigues, D P; Branco, M B L R; Cruz, A F N (2015). O manejo clínico da amamentação: saberes dos enfermeiros. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, 19 (3), 439-445.
- 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. (2a ed.). Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Aleitamento materno, distribuição de fórmulas infantis em estabelecimentos de saúde e a legislação / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas – Brasília: Ministério da Saúde, 2022.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2016.
- Bertolozzo, E A F Q; T. Iboni, E B; & Cândido, L M B (2004). Leite humano processado em bancos de leite para o recém-nascido de baixo peso: análise nutricional e proposta de um novo complemento. *Rev Panam Salud Publica/Pan Am J Public Health*, 16 (3), 199-205.
- Campos, P M; Gouveia, H G; Strada, J K R; & Moraes, B A (2020). Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário. *Rev Gaúcha Enferm*, 41(esp), 1-10.
- Caputo Neto, M. Caderno de Atenção à Saúde da Criança: Aleitamento Materno. Secretaria de Estado da Saúde. Banco de Leite Humano de Londrina. IBFAN Brasil. Sociedade Paranaense de Pediatria. Paraná, 2013.
- Carvalho, M R & Tavares, L M (2014). Amamentação bases científicas para a prática profissional. (3a ed.), Guanabara Koogan; p. 101-22.
- Ferreira, J L L L; Medeiros, H R L; Santos, M L; & Vieira, TG (2016). Conhecimento das puérperas acerca da importância do aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses de vida. *Temas em Saúde*, 6 (4), 129-147.
- Lima, S P; Santos, E K A; Erdmann, A L; Farias, P H S; AIREs, J; & Nascimento, V F N (2019). Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa. *Rev Pesqui Cuid Fundam (Online)*, 11 (1), 248-254.
- Marcondes, E. (2019). *Pediatria básica (coordenação geral Eduardo Marcondes)*. (12a ed.) São Paulo: SARVIER, reimpressão, 2019.
- Organização Mundial da Saúde (OMS).(2019). *Infantil e jovem alimentação infantil: capítulo modelo para livros didáticos de medicina estudantes e profissionais de saúde aliados*. Genebra: OMS.
- Paiva, C V A; Saburido, K A L; Vasconcelos, M N; & Silva, M A M (2013). Aleitamento materno de recém-nascidos internados: dificuldades de mães com filhos em unidade de cuidados intensivos e intermediários neonatais. *Rev Min Enferm*, 17 (4), 924-931.
- Pereira, A. S., et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. UAB/NTE/UFSM. <https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/Lic> Acesso em 22-05-2022
- Rosa, J B S & Delgado, S E (2017). Conhecimento de puérperas sobre amamentação e introdução alimentar. *Rev Bras Promoção a Saúde*, 30 (4), 1-9.
- Takushi, Sam (2003). *Alimentação complementar na opinião de gestantes [dissertação]*. São Paulo: Universidade de São Paulo.
- Tamásia, G A; & Sanches, P F D (2016). Importância do aleitamento materno exclusivo na prevenção da mortalidade infantil. *Faculdades Integradas do Vale do Ribeira*, p.15.
- Taveiro, E A N; Vianna, EY S; & Pandolfi, M M (2020). Adesão ao Aleitamento Materno Exclusivo em Bebês de 0 a 6 Meses Nascidos em um Hospital e Maternidade do Município de São Paulo. *Rev Bras Ciên Saúde*, 24 (1), 71-82.
- Valezin, D F; Ballesterio, E; Aparecido, J C; Ribeiro, J F; Marinho, P C M; & Costa, L F V (2019). Instrumento educativo sobre alimentação de lactentes – baseado nas necessidades de conhecimento das mães. *Rev. Inst. Ciênc. Saúde*, 27 (1),11-7.