

Conteúdo sobre aleitamento materno para construção de um aplicativo: análise de grupo focal interdisciplinar

Content on breastfeeding for building an application: interdisciplinary focus group analysis

Contenido sobre lactancia materna para la construcción de una aplicación: análisis de grupos focales interdisciplinarios

Recebido: 13/10/2022 | Revisado: 23/10/2022 | Aceitado: 25/10/2022 | Publicado: 30/10/2022

Catharina Corrêa Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6934-3883>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: catharinaccosta@hotmail.com

João Vitor de Jesus Andrade

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7775-691X>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: jesusjoaovitor66@gmail.com

Maria Idelcacia Nunes Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5334-4355>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: idelnunes06@gmail.com

Luana Nunes dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7237-9625>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: luananuneses@gmail.com

Joseilze Santos de Andrade

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0488-2840>

Universidade Federal de Sergipe, Brasil

E-mail: joseilzesa@gmail.com

Resumo

Essa pesquisa objetivou analisar o conteúdo sobre Aleitamento Materno AM exposto por especialistas que atuam em Bancos de Leite Humano (BLH), com vistas à construção de um Aplicativo (App) para a promoção do aleitamento materno e captação de doadoras de leite humano. Trata-se de um estudo descritivo, exploratório, com uma abordagem qualitativa, em que foi utilizado a técnica de grupo focal com seis profissionais especialistas atuantes em BLH para a produção dos dados. Foi identificado que os conteúdos para composição do App devem conter informações que ajudem a mulher na manutenção do aleitamento e a se tornar uma doadora, como os benefícios do aleitamento materno, orientações que facilitem o aleitamento e doação de leite humano, os direitos que regem a política do AM e o retorno ao trabalho, além das redes de apoio e suas funções. Esse conteúdo deve ser exposto com linguagem objetiva e exploração de recursos visuais, distribuído na forma de abas incluindo um espaço para profissionais de saúde.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Aplicativos móveis; Informática em enfermagem.

Abstract

This research aimed to analyze the content about Breastfeeding BF, exposed by specialists who work in Human Milk Banks (HMB), with a view to creating an app to promote breast feeding and the caption of human milk donors. This is a descriptive, exploratory study, with a qualitative approach, in which the focus group technique was used with six specialists working in human bank to produce data. It was identified that the contents for the composition of the app must contain information that helps the woman to maintain breastfeeding and become a donor, such as the benefits of breastfeeding, guidelines that facilitate human breastfeeding and milk donation, the rights that govern BF policy and return to work, as well as support networks and their functions. This content must be exposed with objective language and exploration of visible resources, distributed in the form of tabs including a space for health professionals.

Keywords: Breastfeeding; Mobile applications; Nursing informatics.

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo analizar el contenido sobre Lactancia Materna AM expuesto por especialistas que actúan en Bancos de Leche Humana (BSM), con miras a construir una Aplicación (App) para promover la lactancia materna y atraer donantes de leche humana. Se trata de un estudio descriptivo, exploratorio, con abordaje cualitativo, en el que se utilizó la técnica de grupos focales con seis profesionales especialistas que actúan en el BS para la producción de los datos. Se identificó que los contenidos para la composición de la App deben contener

información que ayude a la mujer a mantener la lactancia materna y convertirse en donante, tales como los beneficios de la lactancia materna, lineamientos que facilitan la lactancia materna y la donación de leche humana, los derechos que rigen la política de AM y regreso al trabajo, además de las redes de apoyo y sus funciones. Este contenido debe ser expuesto con lenguaje objetivo y exploración de recursos visuales, distribuidos en forma de fichas incluyendo un espacio para los profesionales de la salud.

Palabras clave: Lactancia materna; Aplicaciones móviles; Informática de enfermería.

1. Introdução

O aleitamento materno é uma prática alimentar que garante benefícios tanto para a mãe quanto para o recém-nascido (RN), sendo considerada a melhor forma de garantir uma alimentação adequada para o bebê até o sexto mês de vida (Sousa et al., 2021). O Leite Materno (LM) beneficia o desenvolvimento da criança como um todo, previne doenças infecciosas, fortalece o sistema imunológico, mantém uma microbiota intestinal adequada, ajuda no desenvolvimento das estruturas orais, melhora o vínculo afetivo entre a mãe e o bebê, previne a morbimortalidade na infância, além de conferir proteção contra Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (Sousa et al., 2021; Carvalho-Ramos et al., 2018).

Para a mãe, a amamentação é imprescindível na prevenção do câncer de mama, uma vez que essa prática pode evitar o surgimento da doença e até mesmo o óbito por esta causa em cerca de 20.000 mulheres a cada ano. Fortalece, ainda, o vínculo mãe-bebê, e diminui o risco de desenvolvimento de diabetes, além de aumentar o intervalo entre as gestações (Victora et al., 2016).

Na atualidade, a utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), denominadas de *eHealth*, quando voltadas para saúde, vem cada vez mais se disseminando e possibilitando maiores acessos à informação, principalmente, através da utilização das tecnologias móveis como os *smartphones* e *tablets* (Barra et al., 2018), sendo o *smartphone* a ferramenta mais utilizada, em cerca de 98,6% da população em 2019, segundo o IBGE.

No âmbito do aleitamento materno as TICs têm desempenhado um papel importante no que diz respeito às orientações sobre alimentação, uso de medicamentos e aspectos relacionados à maternidade e paternidade por meio de aplicativos disponíveis nas plataformas *iOS* e *Android* (Guimarães et al., 2018). Outrossim, as TICs podem ser utilizadas em uma variedade de vertentes na área da saúde e, quando se trata de aleitamento materno, acredita-se que possa ocasionar melhorias sobre o conhecimento e esclarecimento de dúvidas, suprimindo essas necessidades, além de possibilitar a captação de mulheres-puérperas para a doação do LM.

O Brasil é considerado um país de referência no que diz respeito à doação de LM (Fiocruz, 2020). No entanto, em estudo realizado com 30 parturientes, foi verificado que mais da metade (53,3%) das participantes desconheciam a prática de doação de Leite Humano - LH (Muller et al., 2019), resultado este que pode sinalizar um déficit de conhecimento sobre o assunto e, ainda, fortalecer a justificativa de investir em estudos nessa temática.

Sendo assim, surgiu o seguinte questionamento: quais os conteúdos necessários na construção de um *Application* (*App*) para promoção do aleitamento materno e captação de doadoras? Para tanto, buscou-se o entendimento de profissionais que atuam em Bancos de Leite Humano (BLH) sobre o teor que deve estar contido no aplicativo, assim como a forma de apresentação e a melhor linguagem para a comunicação com as mulheres, a fim de obter um *App* que, efetivamente, desempenhe sua função.

Nesse raciocínio, o objetivo deste estudo foi descrever o conteúdo sobre aleitamento materno, exposto por especialistas em Bancos de Leite Humano, com vistas à construção de um aplicativo para a promoção da amamentação e captação de doadoras de leite humano.

2. Metodologia

Compreende um estudo descritivo, exploratório, com uma abordagem qualitativa, em que foi utilizada a técnica de grupo focal (GF) para a produção dos dados. Essa tem como objetivo principal reunir participantes selecionados ou especialistas para uma discussão e reunir informações acerca de uma temática estabelecida (Kitzinger, 2000).

As reuniões com o grupo focal ocorreram no mês de março de 2022, com seis profissionais especialistas (três enfermeiras, uma técnica de enfermagem, uma nutricionista e um assistente social) que atuam no Banco de Leite Marly Sarney e no Banco de Leite Zoed Bittencourt, ambos localizados em Aracaju, Sergipe. O GF foi constituído, ainda, pela coordenadora da pesquisa, por uma mediadora e dois observadores, visando descrever e registrar as opiniões apresentadas.

Os sujeitos selecionados, intencionalmente, foram convidados a participarem da entrevista em grupo, informados sobre os objetivos do grupo focal e sobre a temática que seria abordada, seguido de orientação, leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.

A fim de assegurar o sigilo e anonimato das identidades dos sujeitos da pesquisa, utilizou-se pseudônimos para abordagem e exposição das falas, sendo empregados os termos: Bebê, Doação, Mãe, Banco, Aleitamento e Leite.

A escolha do local de realização da sessão do GF possui uma fundamental importância na adesão dos participantes. Em virtude da situação de pandemia de Covid19 no Brasil, ocorreram dois encontros virtuais, sendo o primeiro realizado por meio da plataforma de videochamada “Google Meet”, cujo link de acesso foi disponibilizado aos participantes da pesquisa 30 minutos antes do início. Essa reunião durou, aproximadamente, 50 minutos, enquanto o segundo momento teve duração de aproximadamente 30 minutos, também por meio remoto. A segunda reunião teve como finalidade conhecer e revisar os assuntos abordados na primeira a fim de garantir a veracidade dos temas para constituição do *App*, além de ter aberto o espaço para sugestão de novos conteúdos, após as discussões.

Para estimular a discussão no grupo, foi confeccionado um instrumento de coleta de dados contendo duas questões norteadoras e motivadoras, com a temática do aleitamento materno, sendo: Qual conteúdo julga fundamental em um aplicativo móvel para promover o aleitamento materno e a doação de leite humano? Em quais formatos (fotos, vídeos, textos ou outros) os conteúdos devem ser apresentados no aplicativo?

Após o primeiro encontro, os observadores realizaram a transcrição e síntese das falas apresentadas na discussão com o grupo, posteriormente, encaminhou-se aos demais pesquisadores para confirmação do conteúdo e, em seguida, foi repassado para os profissionais que realizaram a discussão para que confirmassem suas falas e expusessem outras ideias que não tenham sido citadas anteriormente.

Utilizou-se o método de análise de conteúdo para sistematizar os discursos expostos pelos participantes no GF. Primeiramente, foi realizada a pré-análise para organização das falas, por meio de uma leitura flutuante, seguido de escolha e organização das falas pertinentes. Após isso, foi explorado o material, realizado o tratamento dos dados e, por último, a inferência e a interpretação dos mesmos, em que ocorreu uma análise crítica e reflexiva dos conteúdos adquiridos (Bardin, 2016).

A pesquisa foi pautada nas Resoluções nº 466/12 e nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (Resolução n. 510, 2016), analisada e aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe (CAAE 49979921.7.0000.5546).

3. Resultados

Os seis participantes convidados para compor o grupo focal aceitaram participar da pesquisa, assinaram o TCLE e enviaram por e-mail, antes de iniciar a entrevista no primeiro encontro. Essa técnica de coleta de dados permitiu sintetizar os conteúdos que necessitavam ser abordados na estrutura do aplicativo.

A partir das respostas acerca de qual conteúdo sobre a promoção do aleitamento materno e a doação de leite humano os profissionais julgavam de fundamental importância para comporem o aplicativo móvel, bem como em quais formatos (fotos, vídeos, textos ou outros) esses conteúdos deveriam ser apresentados, sete categorias temáticas foram formuladas, conforme demonstrado no Quadro 1.

Quadro 1 - Distribuição dos conteúdos abordados pelo grupo focal e suas respectivas categorias temáticas. Aracaju, 2022.

Conteúdos exposto pelos participantes	Categorias temáticas
<ul style="list-style-type: none">• Importância do aleitamento materno para mãe e criança	Benefícios do aleitamento materno
<ul style="list-style-type: none">• Como ser doador• Como saber se o bebê está satisfeito• Perfil das possíveis doadoras (quem pode doar)• Como continuar amamentando após a volta ao trabalho• Como armazenar o leite, descongelar, tempo de armazenamento, tipo de frasco, como ofertar o leite na ausência da mãe, técnica para ordenhar corretamente.• Alimentação adequada para a mãe e utilização de medicamentos• Técnicas para diminuir a dor ao amamentar	Ensino
<ul style="list-style-type: none">• Direitos das mulheres grávidas e que amamentam• Volta ao trabalho	Saiba seus direitos
<ul style="list-style-type: none">• Importância da atenção primária no processo de assistência à mulher grávida e puérperas.• Redes de banco de leite humano• Fale conosco• Campanhas	Redes de apoio
<ul style="list-style-type: none">• Cursos	Espaço exclusivo para profissionais de saúde

Fonte: Autoria própria (2022).

As informações sobre os benefícios da amamentação e a importância dela para os envolvidos foi o primeiro tema indicado pelos especialistas para inserção no App.

Bebê: “Eu acho fundamental a importância do leite humano para a mãe e para o bebê, acredito que vai despertar uma melhor consciência dessa mulher e família...”

Foi discutida a possibilidade de acrescentar um espaço para que as legislações que asseguram os direitos da mãe e do bebê durante a amamentação fossem expostas, por meio de uma aba intitulada “Saiba seus direitos”, com uma linguagem mais acessível, proporcionando um maior entendimento dos usuários.

Leite: “eu acredito que poderia ser feito também a colocação dessas leis de uma maneira bem entendida.

Leite: “(..) os direitos infelizmente não são respeitados, mas é bom que ela saiba os direitos que ela tem.”

Os especialistas citaram, também, algumas orientações e técnicas essenciais para constar no App, como as apresentadas nas falas:

Mãe: “(...) falar sobre qual é o perfil da doadora, pois muitas mães acionam o banco de leite e muita das vezes não tem o perfil, às vezes não tem uma produção em excesso de leite”.

Bebê: “como se tornar uma doadora (...), o bebê está ficando satisfeito? (...)”

Bebê: “(...) colocar umas dicas em linguagem apropriada (...) vou voltar ao trabalho, como vou proceder com o meu leite? Como vou acondicionar? Como vou descongelar? Como vou oferecê-lo ao bebê, vai ser na colher dosadora, na chucha ou no copo?”.

Aleitamento: “é importante trabalhar mitos e verdades (...) falar sobre medicação e alimentação”.

Banco: “(...) técnicas para a diminuição da dor e como ordenhar (...)”.

Essas informações são de extrema importância para que as mães tirem dúvidas rápidas de forma prática e tenham a certeza se podem realmente ser doadoras de leite materno.

Além dos conteúdos das falas já expostas, foram comentadas outras temáticas para serem abordadas no App, a saber: a importância do acompanhamento da mulher grávida na atenção básica para orientações sobre doação do LM; endereço e contatos de BLH; espaço para profissionais de saúde e para divulgação de campanhas realizadas pelos BLHs.

Doação: “importância do acompanhamento da mulher grávida na atenção primária para orientações de como ser doadora”.

Leite: “(...) atenção primária (...) fazer uma ponte entre a mãe e o banco de leite”.

Para a exposição dos conteúdos foi proposta a utilização de textos curtos com linguagem acessível para as mães, recursos visuais que ilustrem as técnicas e, esses poderiam ser apresentados por meio de vídeos curtos, imagens e figuras interativas.

Bebê: “(...) colocar umas dicas em linguagem apropriada...”

Banco: “O conteúdo deve ser apresentado em forma de figuras, imagens e vídeos ilustrativos sem ter muito textos longos, pois muitas mulheres não sabem ler”.

Leite: “Acredito que esse App abordando esses temas principais de uma maneira bem criativa, lúdica, isso ajudará muito, será de grande importância”.

Houve discordância entre os especialistas quando foi citada a necessidade de incluir no App informações sobre os impedimentos para ser doadora e para amamentar. Durante a discussão, foi sugerido que não citasse as dificuldades enfrentadas pela mulher que deseja amamentar e/ ou doar, como por exemplo a volta ao trabalho, as fragilidades nas leis, e a dor durante o processo de amamentação e ordenha. Foi sugerido que, ao invés disso, as objeções fossem substituídas por orientações e informações a fim de reduzir ou sanar tais dificuldades. Assim, recomendou-se inserir ensinamentos como: técnicas para aliviar a dor durante a amamentação e ordenha, forma de armazenamento do leite para ser doado ou oferecido na ausência da mãe, aba contendo informações sobre as leis que respaldam o direito de amamentação e volta ao trabalho, entre outras informações que ajudem a mulher a conhecer os seus direitos e continuar amamentando e/ ou doando leite.

Vale ressaltar que foi acrescentada a opção de “campanhas para doação de frascos e afins” no conteúdo a ser difundido.

4. Discussão

Aplicativos móveis são formas modernas que permitem uma comunicação virtual entre indivíduos da sociedade civil, promovendo a disseminação de informações relevantes para os mesmos. Dessa forma, falando-se sobre AM, a seguir encontram-se descritos os principais conteúdos que compõem o *App* em questão, conforme cada categoria temática. O teor inserido na tecnologia móvel tem como referenciais básicos os manuais e as recomendações de órgãos regulamentadores da saúde materno infantil, nos âmbitos nacional e internacional. Estes conteúdos deverão ser atualizados no *App* de acordo com o surgimento de novas recomendações e divulgação de evidências científicas.

Benefícios do aleitamento materno

De um modo geral, os conteúdos sobre benefícios do aleitamento materno abordam os seguintes aspectos: nutrientes essenciais contidos no leite, contribuições para o desenvolvimento dos sistemas neurológico, estomatognático, digestório e imunológico da criança, fortalecimento do vínculo mãe-bebê e repercussões na saúde da mãe que amamenta.

O leite materno contém diversos nutrientes fundamentais para o desenvolvimento cognitivo e motor da criança, como os ácidos graxos essenciais, que suprem a necessidade de crescimento e aprimoramento das estruturas cerebrais e micronutrientes como o ferro, zinco, iodo e o cobre os quais, quando em deficiência, podem causar danos irreversíveis para o desenvolvimento infantil, levando à déficit motor, prejuízos no processo de aprendizagem, memória e equilíbrio, e afetar o crescimento da criança como um todo (Nascimento et al., 2017).

O movimento de sucção realizado pelo lactente durante a amamentação é parte essencial para o desenvolvimento correto do Sistema Estomatognático (SE). Durante a sucção o bebê está desenvolvendo e fortalecendo várias estruturas, como os ossos da face e a musculatura, além de aprimorar a respiração e auxiliar no desenvolvimento dos fonemas da fala, esse processo evita diversos problemas a curto e longo prazo como: crescimento inadequado dos dentes e ossos, interposição da língua, alterações labiais e má oclusões, também conhecida como a mordida aberta ou mordida cruzada (Braga et al., 2020).

Os benefícios da amamentação se estendem também para o sistema digestório, segundo um estudo realizado em 2018, as crianças que são amamentadas exclusivamente até o sexto mês possuem uma resiliência bacteriana muito maior quando submetidos a antibióticos e outros tipos de alimentos em comparação com uma criança que não tiveram amamentação exclusiva. Isso significa que, mesmo com a introdução de substâncias que alteram a microbiota intestinal, as crianças que receberam exclusivamente o leite materno voltaram mais rápido para sua composição de microbiota original (Carvalho-Ramos et al., 2018).

O leite materno também é capaz de prevenir infecções entéricas ao passo que provém anticorpos, isoenzimas, lactobacilos e outros componentes que ajudam na maturação do trato gastrointestinal (TGI) e no fortalecimento do sistema imune que protege de infecções oportunistas e do aparecimento de alergias (Campos et al., 2018).

Para a mãe, a amamentação é um fator protetor contra o desenvolvimento de alguns tipos de cânceres. Segundo um estudo de revisão que analisou 50 mil mulheres com câncer de mama e 96 mil sem a doença, a cada 12 meses de amamentação ocorreu uma redução de 4,3% no aparecimento de câncer de mama, ou seja, a proteção aumenta de acordo com o tempo de amamentação. A proteção contra o aparecimento do câncer de endométrio e de ovários também é mencionada como benefício da amamentação (Ciampo et al., 2018; Soares et al., 2019; Babic et al., 2020).

Além disso, durante a amamentação ocorre o contato pele a pele, que é essencial para o fortalecimento do vínculo mãe-bebê (Lotto & Linhares, 2018; Coutinho et al., 2022). Atua também como fator de proteção contra depressão pós-parto, melhora o estresse, além de ajudar no pós-parto acelerando a recuperação uterina e aumentando o tempo entre as gestações, diminuir a incidência de Diabetes Mellitus tipo 2 e contribuir com um controle de peso mais rápido após a gestação (Ciampo et al., 2018).

Visto os diversos benefícios para o binômio, entende-se o porquê dessa abordagem ser considerada fundamental entre as participantes do grupo focal, pois ao passo que as mães sabem da importância do aleitamento materno para a sua saúde e da criança, ela tende a se tornar mais consciente evitando o desmame precoce e se mobilizando para a doação.

Ensino

No referido *App*, as orientações para as usuárias estão destinadas aos procedimentos para doação do leite materno, como armazenamento do leite, forma correta de descongelar, oferta de leite na ausência da mãe, técnicas para ordenhar corretamente, sinais de satisfação do bebê, alimentação saudável e uso de medicamentos durante o processo de lactação.

Assim como o objetivo deste *App*, outros estudos relatam a importância da educação em saúde para a melhora do processo de amamentação. Em pesquisa que analisou a “influência da educação em saúde na autoeficácia da amamentação” com puérperas internadas no alojamento conjunto, identificou-se que houve uma alta eficácia no processo de amamentação das mulheres submetidas às intervenções de educação proporcionada pelos profissionais de enfermagem (Schultz et al., 2020). Além disso, também foi observado em um estudo quase experimental com 214 lactantes que, em apenas um encontro com as mães em uma roda de conversa para discutir sobre a amamentação, houve melhora significativa na aplicação e eficiência do AM no decorrer das quatro e cinco primeiras semanas de vida do RN Lee, Chang, Chang, 2019).

Os BLH atuam como um importante instrumento de educação em saúde para as puérperas. Segundo a Resolução nº 171/2006 que discorre sobre o “Regulamento Técnico para o funcionamento de Bancos de Leite Humano”, para ser uma possível doadora a mulher precisa apresentar alguns requisitos, como ser saudável, não está fazendo o uso de medicamento que prejudique o processo de amamentação, não utilizar nenhum tipo de cigarro, e outros tipos de drogas, possuir um bom acompanhamento pré-natal e puerperal, conter um cartão de pré-natal atualizado e se dispor a praticar a ordenha do seu leite (Resolução n. 171, 2006).

Dessa forma, os conteúdos abordados no *App* fornecem informações capazes de fomentar o AM, a fim de gerar uma maior possibilidade de doadoras. Dentre essas, a ordenha eficiente destaca-se como um importante mecanismo de sucesso no processo da amamentação, pois essa técnica mostrou-se eficaz e segura na obtenção do LM em grandes quantidades, possibilitando melhoria nos estoques deste produto nos BLH (Borges et al., 2018). Entretanto, a orientação para a uma adequada ordenha é primordial, uma vez que uma técnica mal executada pode prejudicar a qualidade do LM, como por exemplo apresentar sujidades visíveis a olho nu, como pelos, fios de roupas e fragmentos de pele, sendo, portanto, necessário descartar o LM colhido (Pinzon, Marques, Nicoletto, 2018).

Além disso, o armazenamento do leite ordenhado é um fator relevante para a aquisição de estoque de LM. Dessa maneira, é recomendado o acondicionamento do produto em temperatura de -3°C, possuindo validade de até 15 dias para a sua utilização (Pinzon, Marques, Nicoletto, 2018). Para um acondicionamento além desse prazo, preconiza-se o congelamento direto ou congelamento após a pasteurização, uma vez que o congelamento lento do LM é uma das principais causas de danos nas células desse produto, causando desidratação e contração das células, alterando, assim, o corpo celular e as organelas (Qu et al., 2021). Vale ressaltar que o LH congelado imediatamente em temperaturas de -20°C ou -80°C é recomendado para produzir efeitos positivos no leite e proporcionar uma redução na deterioração dos peptídeos bioativos presentes no LM (Howland et al., 2020).

Outros fatores importantes no que diz respeito ao manejo com LM são a forma de descongelamento e o recipiente de armazenamento. Segundo ANVISA (2008), em seus manuais instrutivos, afirma que o descongelamento no interior dos frigoríficos ou água morna corrente para oferta do LM, são os métodos mais recomendados e seguros para o não comprometimento do leite, abordando, também, que frasco de vidro com tampa de plástico é o melhor recipiente para o armazenamento.

No que se refere à alimentação das puérperas, existem mitos que permeiam esse processo, fazendo com que haja muitas restrições à dieta materna com a finalidade de prevenir cólicas no bebê. Segundo um estudo feito com 292 nutrízes, os alimentos mais excluídos por elas são os refrigerantes, chocolates, massas, bolos e salgados, café e gorduras, alimentos que, coincidentemente, são prejudiciais à saúde devido a pouca quantidade de nutrientes, excesso de sódio, açúcares e gorduras (Ministério da Saúde, 2014; Alves et al., 2018). Entretanto, sabe-se que alimentos processados e ultraprocessados, os que contêm cafeína, refrigerantes, amendoim, ovo e chás, quando presentes na alimentação da lactante, podem aumentar o desconforto gastrointestinal do bebê (Alves et al., 2018).

Outrossim, essa prática pode se tornar perigosa à saúde quando não há orientação profissional adequada, pois há possibilidade de exclusão de alimentos que deveriam ser a base da dieta, como tubérculos, raízes e cereais (Alves et al., 2018; Souza et al., 2021).

Outra preocupação das mães, refere-se aos riscos que o uso de medicamentos pode acarretar ao lactente. Sabe-se que a transferência do medicamento para o leite e os riscos para o lactente depende de diversos fatores, como a fase do leite, a idade da criança, toxicidade do fármaco utilizado e as características farmacocinéticas do medicamento (Raminelli et al., 2019).

De maneira geral, os medicamentos existentes no mercado são classificados quanto aos efeitos adversos que podem causar no lactente e a gravidade desses efeitos. Fármacos como a Fluoxetina, Paracetamol, Amoxicilina e Enalapril são considerados compatíveis com a lactação pois não oferecem riscos ao lactente. Já outros, como Doxepin, Ácido Gama Aminobutírico, Amiodarona e os fármacos antineoplásicos são terminantemente proibidos pois oferecerem riscos consideráveis à vida da criança (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2017; Raminelli et al., 2019).

Sabe-se também que alguns fármacos podem alterar o gosto do leite como a Azitromicina, Enalapril, Eritromicina e as Penicilinas, sendo recomendado, nesses casos, que a mãe evite amamentar durante o pico de concentração desses medicamentos e utilizá-los pelo menor tempo possível (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2017).

Além desses aspectos, existem fatores que interferem negativamente na amamentação como por exemplo, a volta da nutriz ao ambiente de trabalho e a dor durante o processo do aleitamento materno.

A partir do momento em que a mulher retorna ao seu ambiente de trabalho, há impasses para que o processo de AM seja mantido, como a falta de local adequado para amamentar e uma jornada de trabalho longa e cansativa, tendo como consequência a introdução da mamadeira e do leite artificial (Lira et al., 2017). Uma pesquisa que analisou a influência do retorno ao trabalho no aleitamento materno de trabalhadoras da enfermagem, realizado com 49 profissionais, demonstrou que somente 20,4% disseram que não tiveram o apoio dos seus chefes para continuar amamentando após retornar às atividades no trabalho (Almeida et al., 2022).

Já no que se refere à dor durante o processo de amamentação, é importante destacar que ela é um obstáculo para a adesão efetiva da mulher à prática do AM, podendo levar ao desmame precoce (Carreiro et al., 2018). Dessa forma, há algumas técnicas que devem ser utilizadas para o alívio da dor, como por exemplo, a pega correta do bebê na mamada, aliada com um adequado posicionamento físico da mãe e do lactante (Menezes et al., 2016; Barbosa et al., 2018). Em um estudo realizado por Nascimento et al., (2017), o posicionamento correto durante a amamentação foi a terceira orientação mais indicada pelos profissionais da enfermagem, sendo a posição barriga com barriga e tronco e pescoço alinhados umas das mais confortáveis, favorecendo também o vínculo mãe-filho.

Além disso, vale salientar que a utilização de técnicas para o alívio da dor nas quais não há comprovações científicas efetivas como, por exemplo, o uso da casca de banana, sachês de chá, casca de mamão e outras técnicas são inviáveis para o tratamento, podendo trazer efeitos maléficos para o mamilo da lactente (Feitosa et al., 2019).

Por fim, no tocante aos sinais de satisfação do lactente, estudos apontam os principais: parar a sucção do peito, rejeitar a mamada, adormecer ou relaxar durante o aleitamento (Fonseca et al., 2011; Morais, 2018).

Saiba seus direitos

Os principais direitos previstos na legislação brasileira citam os seguintes cenários: licença maternidade, amamentação no local de trabalho, boas condições para a prática do AM e direito do lactente a amamentação.

É importante que as mães saibam os direitos que possuem, a exemplo da Lei Nº 10.421, de 15 de Abril de 2002, da Consolidação das Leis de Trabalho (CLT), dispõe em seu artigo nº 392 o direito a mulher grávida de licença a maternidade após o parto, por 4 (quatro) meses, sem apresentar prejuízo a mesma, possibilitando que a mãe construa uma melhor relação com o seu filho, possibilitando que ela desenvolva atividades próprias para o seu lar, família e filho, sem preocupação com o trabalho (Lei n. 10.421, 2002).

A Lei nº 13.509, de 22 de novembro de 2017, prevê em seu art. 396, o direito de a mulher amamentar o seu filho no ambiente de trabalho, até que o lactente complete seis meses de idade, sendo o período mínimo previsto para a duração do processo de amamentar. Possui, também, o direito a dois intervalos de meia hora cada um deles para que a puérpera possa amamentar seu filho. Ainda no inciso 1º da referida lei, consta que quando o lactente possuir condições de saúde que possibilitem um prolongamento deste período, poderá ser adiado por mais de seis meses (Lei n. 13.509, 2017).

Além disso, no art. 9 do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei nº 8069/90, fala que as entidades Públicas, instituições e os empregadores devem propiciar condições adequadas para a prática de aleitamento materno, inclusive aos lactentes de mulheres privadas de liberdade, garantindo, dessa forma, uma melhor acessibilidade para essa prática (Lei n. 8.069, 1990).

Redes de apoio

As redes de apoio, também chamadas de redes sociais, de maneira simplificada são o conjunto de pessoas (amigos, familiares etc.) ou instituições (saúde, educação, assistência social, dentre outras), ligadas a um indivíduo, e são responsáveis por proporcionar ajuda emocional, material, de serviços e informações. No contexto da amamentação, as redes consideradas mais importantes são a família, amigos, vizinhos, unidades de atenção básica e os BHL, sendo estes fundamentais para apoiar, incentivar o aleitamento materno e direcionar a mulher diante das suas necessidades (Souza, 2016; Alves, 2020).

Na aba “redes de apoio” o *App* fornece informações sobre as principais redes de apoio institucionais direcionadas à mulher durante o processo de amamentação, sendo assim, ele aborda o papel e importância da rede de atenção primária no processo de assistência à mulher grávida e puérperas, função e localização das redes de banco de leite humano, e contempla um espaço para divulgação de campanhas para que a mulher além de ser ajudada também possa ficar informada de como ela pode contribuir com os BHL.

A atenção primária de saúde é fundamental no processo de assistência à mulher grávida e puérperas. É no pré-natal que a gestante tem acesso a diversas orientações como sinais de risco na gestação, riscos da automedicação, malefícios do tabagismo e alcoolismo, e manejo adequado da amamentação além de acesso a exames laboratoriais, ultrassonografia, dentre outros (Marques, 2020).

Também durante a fase de pós-parto é essencial que, além das orientações sobre a amamentação, a equipe de saúde oriente sobre a doação do leite materno, da existência dos BLH, e do perfil que tornam essa mulher uma provável doadora, de modo a esclarecer o caminho que ela deve seguir para realizar sua doação.

As redes de BLH são responsáveis por realizar a promoção do aleitamento materno e de executar atividades de coleta, pasteurização e distribuição do leite humano. Sendo assim a mulher que deseja ser doadora deve entrar em contato com o BLH ou posto de coleta mais próximo para obter mais orientações (SES, 2021)

O *App* também dispõe de um espaço destinado para divulgação de campanhas realizadas pelos BLHs, como campanhas de doação de frasco para coleta e campanhas de incentivo à doação de leite materno. Essa aba deverá sempre ser alimentada pelo próprio BLH conforme a realização dessas campanhas.

Espaço específico para profissionais de saúde

A educação continuada é um mecanismo que proporciona um treinamento, aperfeiçoamento e atualizações em temáticas estabelecidas, promovendo uma fuga da educação permanente, formando profissionais com competências éticas, técnicas e políticas, tendo como objetivo o aprendizado ao longo da carreira profissional, que vão além da formação acadêmica (Coswosk et al., 2018).

Em estudo realizado por Ribeiro, Souza, Silva (2019), demonstram a importância da educação continuada e permanente para os profissionais de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva, sobretudo o profissional recém-formado, pois ao longo do tempo novas atualizações e novos conhecimentos vão surgindo necessitando ampliar as competências e melhorar os métodos assistenciais, tornando-se mais seguros e preparados para encarar novos desafios na prática profissional. Assim, os meios educacionais surgem para contribuir na reciclagem e construção de novos conhecimentos, tornando-se cada vez mais importante na formação do profissional da enfermagem.

De modo semelhante, na construção de um aplicativo, a criação de um espaço específico para atualizações e capacitações acerca do aleitamento materno para os profissionais de saúde atuantes nos BLH, torna-se imperativo.

5. Conclusão

A técnica de grupo focal interdisciplinar possibilitou conhecer e sintetizar os conteúdos para composição de uma tecnologia educacional, o *App*, para promoção e captação de doadoras de leite materno. A composição do *App* aborda informações que auxiliam a mulher na manutenção do aleitamento e na decisão de se tornar uma doadora, como: benefícios do aleitamento materno, essenciais para uma conduta consciente dessa mãe; direitos que regem a política de aleitamento materno e volta ao trabalho; orientações que facilitam o processo de aleitamento materno e doação do LH; redes de apoio e suas respectivas funções; e ainda, um espaço para divulgação de cursos de atualização profissional.

O conteúdo foi organizado em abas conforme as categorias temáticas: benefícios do aleitamento materno, ensino, saiba seus direitos, redes de apoio e espaço exclusivo para profissionais de saúde. A linguagem utilizada apresenta-se objetiva, com textos curtos com exploração de recursos visuais como figuras ilustrativas, imagens interativas e vídeos curtos para demonstração de técnicas.

Vale ressaltar que, devido essa temática ser considerada relevante para a sociedade, torna-se necessário o desenvolvimento de novos estudos com base na proposta exposta no presente artigo, além de, o mesmo, poder auxiliar no desenvolvimento de novas tecnologias no âmbito do aleitamento materno e da saúde. Dessa forma, o conhecimento acerca da temática apresentada poderá ampliar a aprendizagem dos indivíduos da sociedade relacionada à promoção da prática de aleitamento materno e sobre o processo de captação de doadoras de leite humano.

Referências

Agência Nacional de Vigilância Sanitária [ANVISA]. (2008). Banco de Leite Humano: Funcionamento, Prevenção e Controle de Riscos, 160 p. Recuperado de: https://www.anvisa.gov.br/servicos/audes/manuais/manual_banco_leite.pdf

- Almeida, L. M. N., Goulart, M. D. C., Góes, F. G. B., Ávila, F. M. V. P., Pinto, C. B., & Naslausky, S. G. (2021). A influência do retorno ao trabalho no aleitamento materno de trabalhadoras da enfermagem. *Escola Anna Nery*, 26. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0183>.
- Alves, M. M. C., Salviano, A. F., Brito, L. F., Carioca, A. A. F., & Vasconcelos de Azevedo, D. (2018). Alterações alimentares de nutrizes durante a amamentação. *Nutr. clín. diet. hosp*, 49-56. [10.12873/384marly](https://doi.org/10.12873/384marly).
- Alves, Y. R., Couto, L. L. D., Barreto, A. C. M., & Quitete, J. B. (2019). Amamentação sob o guarda-chuva das redes de apoio: uma estratégia facilitadora. *Escola Anna Nery*, 24. <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2019-0017>.
- Babic, A., Sasamoto, N., Rosner, B. A., Tworoger, S. S., Jordan, S. J., Risch, H. A., ... & Terry, K. L. (2020). Associação entre amamentação e risco de câncer de ovário. *JAMA oncology*, 6 (6), e200421-e200421. <http://dx.doi.org/10.1001/jamaoncol.2020.0421>.
- Barbosa, G. E. F., Pereira, J. M., Soares, M. S., Pereira, L. B., Pinho, L., & Caldeira, A. P. (2018). Dificuldades iniciais com técnica de mamada e impacto na duração do aleitamento materno exclusivo. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 18, 517-526. <https://doi.org/10.1590/1806-93042018000300005>.
- Bardin, L. (2016). Análise de conteúdo: edição revista e ampliada. São Paulo: Edições, 70, 280.
- Barra, D. C. C., Paim, S. M. S., Sasso, G. T. M. D., & Colla, G. W. (2018). Métodos para desenvolvimento de aplicativos móveis em saúde: revisão integrativa da literatura. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 26 (4). <https://doi.org/10.1590/0104-07072017002260017>.
- Borges, M. S., Oliveira, A. M. D. M., Hattori, W. T., & Abdallah, V. O. (2018). Qualidade do leite humano ordenhado em banco de leite humano e domiciliar. *Jornal de Pediatria*, 94, 399-403. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2017.07.004>.
- Braga, M. S., da Silva Gonçalves, M., & Augusto, C. R. (2020). Os benefícios do aleitamento materno para o desenvolvimento infantil. *Brazilian journal of development*, 6(9), 70250-70261. <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv6n9-468>.
- Campos, D. N. M., Araújo, N. H., Silva, T. B., Machado, A. S. R., & Soares, L. A. (2021). Aleitamento materno na prevenção contra infecções gastrointestinais. *Saber Científico (1982-792X)*, 7(2), 68-75.
- Carreiro, J. D. A., Francisco, A. A., Abrão, A. C. F. D. V., Marcacine, K. O., Abuchaim, E. D. S. V., & Coca, K. P. (2018). Dificuldades relacionadas ao aleitamento materno: análise de um serviço especializado em amamentação. *Acta Paulista de Enfermagem*, 31, 430-438. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800060>.
- Carvalho-Ramos, I. I., Duarte, R. T. D., Brandt, K. G., Martinez, M. B., & Taddei, C. R. (2018). Breastfeeding increases microbial community resilience. *Jornal de Pediatria*, 94(3), 258-267. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2017.05.013>.
- Ciampo, L. A. D., & Ciampo, I. R. L. D. (2018). Breastfeeding and the Benefits of Lactation for Women's Health. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 40(06), 354-359. <https://doi.org/10.1055/s-0038-1657766>.
- Coswosk, E. D., Rosa, C. G. S., Caldeira, A. B., Silva, N., & Rocha., J. (2018). Educação continuada para o de saúde no gerenciamento de resíduos de saúde profissional. *Rev. bras. anal. clin*, 288-296. [10.21877/2448-3877.201800645](https://doi.org/10.21877/2448-3877.201800645).
- Coutinho, M I, Bentes, T K, Neto, J C G L, & de Oliveira Ferreira, B. (2022). A revisão do método mãe canguru da revisão do recém-nascidos recém-nascidos: *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 11 (8), e20211830963-e20211830963. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i8.30963>.
- Feitosa, D. P. R. A., Moreira, L. C., de Fátima Possobon, R., & Lodi, J. C. (2019). Tratamento para dor e trauma mamilar em mulheres que amamentam: revisão integrativa de literatura. *Nursing (São Paulo)*, 22(256), 3160-3164. <https://doi.org/10.36489/nursing.2019v22i256p3160-3164>.
- Fiocruz. (2020). Redes Global de Banco de Leite Humano. Brasil é referência em doação de leite materno. Recuperado de: <https://rbhl.fiocruz.br/brasil-e-referencia-em-doacao-de-leite-materno>.
- Fonseca, M., Parreira, B. D. M. O., Douglas, M. C., & Machado, A. R. M. (2011). Aleitamento materno: conhecimento de mães admitidas no alojamento conjunto de um hospital universitário. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 10(1), 141-149. <https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v10i1.11009>.
- Guimarães, C. M. S., Imamura, M. E., Richter, S., Monteiro, J. C. S. (2018) Amamentação e tecnologias mHealth: análise dos móveis para tablets e smartphones. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 20. <https://doi.org/10.5216/ree.v20.48578>.
- Howland, V., Klaedtke, M., Ruhnau, J., Dhople, VM, Grabe, HJ, Völker, U., ... & Hammer, E. (2020). Impacto das condições de armazenamento no peptidoma do leite materno. *Nutrientes*, 12 (9), 2733. <http://dx.doi.org/10.3390/nu12092733>.
- Kitzinger, J. (2000). Grupos focais com usuários e prestadores de cuidados de saúde. *Pesquisa de Qualidade em Cuidados de Saúde*, 20-29.
- Lee, Y. H., Chang, G. L., & Chang, H. Y. (2019). Efeitos da educação e grupos de apoio organizados por IBCLCs no pós-parto precoce sobre a amamentação. *Obstetrícia*, 75, 5-11. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2019.03.023>.
- Lei 8.069 de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e Adolescente e dá outras providências. Recuperado de: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8069.htm.
- Lei nº 10.421, de 15 de ABRIL de 2002. Estende à mãe adotiva o direito à licença-maternidade e ao salário-maternidade, alterando a Consolidação das Leis do Trabalho, aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e a Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991. Recuperado de: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2002/110421.htm.
- Lei nº 13.509, de 22 de novembro de 2017. Dispõe sobre adoção e altera a Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 (Estatuto da Criança e do Adolescente), a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e a Lei nº 10.406, de 10 de janeiro de 2002 (Código Civil). Recuperado de: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/113509.htm.

- Lira, E. L. B., Costa, J. R., de Sousa, P. S. A., & de Faria, M. D. (2017). Fatores responsáveis pela interrupção precoce da amamentação: uma revisão integrativa. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*. <https://doi.org/10.33362/ries.v6i2.1043>.
- Lotto, C. R., & Linhares, M. B. M. (2018). Contato "pele a pele" na prevenção de dor em bebês prematuros: revisão sistemática da literatura. *Trends in Psychology*, 26, 1699-1713. <https://doi.org/10.9788/TP2018.4-01Pt>.
- Marques, B. L., Tomasi, Y. T., Saraiva, S. D. S., Boing, A. F., & Geremia, D. S. (2020). Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. *Escola Anna Nery*, 25. <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0098>.
- Menezes, L. D. S. H. (2014). Dor relacionada à prática da amamentação no puerpério imediato. *Fisioterapia Brasil*, 15(2), 100-105. <http://dx.doi.org/10.33233/fb.v15i2.322>.
- Ministério da Saúde. (2014). Guia alimentar para a população brasileira, (2a ed.), Brasília. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.
- Morais, A. P. (2018). Intervenção de Enfermagem no aleitamento materno no puerpério mediato. (Monografia de Especialização em Enfermagem Obstétrica). Universidade Federal de Minas Gerais e Universidade Federal do Ceará. 2018. 46 p. Ceará, CE, Brasil.
- Muller, K. T. C., Souza, A. I. P. de., Cardoso, J. M. F., & Palhares, D. B. (2019). Conhecimento e adesão à doação de leite humano parturientes de um hospital público. *Interações (Campo Grande)*, 20, 315-326. <http://dx.doi.org/10.20435/inter.v0i0.1588>.
- Nascimento, J. D. S. G., Pires, F. C., Pereira, L. A., Borges, F. C. M., & dos Santos Silva, T. C. (2017). Processo de orientação para amamentar: a desarticulação da educação realizada à beira do leito. *Revista de Atenção à Saúde*, 15(54), 13-20. <http://dx.doi.org/10.13037/ras.vol15n54.4759>.
- Nascimento, J., Gomes, T. K., Araújo, F., Prazeres, F., & Maranhão, J. (2017). Influência do aleitamento materno no desenvolvimento do sistema nervoso. *Revista de trabalhos acadêmicos universo recife*, 4, 2-1.
- Pinzon, M. P., Marques, F. O., & Nicoletto, B. B. (2018). Utilização de leite materno em lactário por bebês internados em unidades de terapia intensiva. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 31(2), 1-7. <http://dx.doi.org/10.5020/18061230.2018.7252>.
- Qu, J., Zhang, L., Liu, J., Sun, Z., & Zhou, P. (2021). Alterações nas proteínas bioativas e no proteoma sérico do leite humano sob diferentes armazenamentos congelados. *Food Chemistry*, 352, 129436. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodchem.2021.129436>.
- Raminelli, M., & Hahn, S. R. (2019). Medicamentos na amamentação: quais as evidências? *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 573-587. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018242.30052016>.
- Resolução nº 510, de 7 de Abril de 2016. (2016). Dispõe sobre as especificidades éticas das pesquisas nas ciências humanas e sociais e de outras que utilizam metodologias próprias dessas áreas. Recuperado de: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>
- Resolução-RDC Nº 171, DE 4 de setembro de 2006. Dispõe sobre o Regulamento Técnico para o funcionamento de Bancos de Leite Humano. Recuperado de: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2006/res0171_04_09_2006.html
- Ribeiro, B. C. O., de Souza, R. G., & da Silva, R. M. (2019). A importância da educação continuada e educação permanente em unidade de terapia intensiva—revisão de literatura. *Revista de Iniciação Científica e Extensão*, 2(3), 167-175.
- Schulz, S. M., Moreira, K. F. A., da Silva Pereira, P. P., Ferreira, L. N., Rodrigues, M. A. S., & Fernandes, D. E. R. (2020). Influência da educação em saúde na autoeficácia em amamentar: estudo quase experimental. *Revista Baiana de Enfermagem*, 34. <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v34.35995>.
- Secretaria de Estado da Saúde [SES] (2021). Secretaria de Estado da Saúde continua campanha de estímulo à doação de leite humano. Sergipe, SE, Brasil. Recuperado de: <https://saude.se.gov.br/secretaria-de-estado-da-saude-continua-campanha-de-estimulo-a-doacao-de-leite-humano/>.
- Soares, J. D. C. N., de Sousa, A. M. M., de Sousa, S. D. M. A., & Rolim, I. L. T. P. (2019). Aleitamento materno na prevenção do câncer de mama: uma revisão integrativa da literatura. *Revista Uningá*, 56(S6), 13-22.
- Sociedade Brasileira de Pediatria [SBP]. (2017). Uso de medicamentos e outras substâncias pela mulher durante a amamentação. Departamento Científico de Aleitamento Materno, 4:18. o de: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Aleitamento_-_Uso_Medicam_durante_Amament.pdf.
- Sousa, F. L. L. de, Alves, R. S. S., Leite, A. C., Silva, M. P. B., Veras, C. A., Santos, R. C. A., Freitas, R. G., Silva, V. C. R. da, Siconetto, A. T., Sucupira, K. S. M. B., Silva, L. A. C. da, Santos, S. F. dos, Sousa, S. L. F. de, Galdino, M. A. de M., Fernandes, M. dos S., Silva, D. M. da, Santos, J. R. F. de M., Alencar, V. P., & Ferreira, B. R. (2021). Benefícios do aleitamento materno para a mulher e o recém nascido. *Research, Society and Development*, 10(2), e12710211208–e12710211208. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.11208>.
- Souza, M. H. D. N., Nespoli, A., & Zeitoune, R. C. G. (2016). Influência da rede social no processo de amamentação: um estudo fenomenológico. *Escola Anna Nery*, 20. <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20160107>.
- Souza, T. F., Silva, J. S. L. G., da Silva Souza, A., Silva, E. A., Nascimento, J. C., & de Melo Tavares, M. (2021). A influência da alimentação da mãe sobre o aleitamento materno. *Revista Pró-univerSUS*, 12(2 Especial), 132-136. <http://dx.doi.org/10.21727/rpu.v12i2.2711>.
- Victora, C. G., Barros, A. J., França, G. V., Bahl, R., Rollins, N. C., Horton, S., ... & Walker, N. (2016). Amamentação no século 21: epidemiologia, mecanismos, e efeitos ao longo da vida. *Epidemiol Serv Saúde*, 25(1), 1-24.