

Impacto de uma ação educativa sobre amamentação e planejamento familiar em puérperas de uma maternidade pública

Impact of an educational action on breastfeeding and family planning on maternity women in a public maternity

Impacto de una acción educativa sobre lactancia materna y planificación familiar en la maternidad pública mujeres

Recebido: 25/03/2023 | Revisado: 06/04/2023 | Aceitado: 07/04/2023 | Publicado: 12/04/2023

Maria Clara Martins Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6264-4069>

Centro Universitario Uninovafapi, Brasil

E-mail: myrianclara@hotmail.com

Camila Kizzy Trindade Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3391-2439>

Centro Universitário Uninovafapi, Brasil

E-mail: camilakizzy1@gmail.com

Laysa Mendes Farias

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9006-6676>

Centro Universitario Uninovafapi, Brasil

Email: laysamendesf@gmail.com

Fernanda Silva Lopes de Macedo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9244-8106>

Centro Universitario Uninovafapi, Brasil

E-mail: fernandalopes.89@hotmail.com

Resumo

O planejamento familiar no pós-parto imediato é uma prática comprovada de grande impacto na redução de gravidez indesejada. Objetivou-se analisar a eficácia de uma intervenção educativa sobre planejamento familiar e os benefícios da amamentação. Trata-se de estudo prospectivo, caso-controle, realizado em um hospital público de Timon-Maranhão. Foram incluídas 132 puérperas no pós-parto imediato, distribuídas aleatoriamente em: Grupo controle e Intervenção. Verificou-se que a utilização de contraceptivos e aleitamento foram maiores no grupo intervenção (78,8% e 68,2%, respectivamente). A utilização de fórmula foi maior no grupo controle (36,4%). O método contraceptivo mais utilizado nos grupos foi o anticoncepcional oral (38,5% e 33,3%, respectivamente). Verificou-se que atividades educativas para puérperas são eficazes, pois no grupo intervenção foi observado maior prevalência de aleitamento materno e utilização de métodos contraceptivos. As ações educativas contribuíram para a formação de comportamentos e adoção de atitudes que possibilitam melhor qualidade de vida para mãe e bebê.

Palavras-chave: Planejamento familiar; Puerpério; Aleitamento materno; Métodos contraceptivos.

Abstract

Family planning in the immediate postpartum period is a proven practice that has a great impact on reducing unwanted pregnancies. The objective was to analyze the effectiveness of an educational intervention on family planning and the benefits of breastfeeding. This is a prospective, case-control study, carried out in a public hospital in Timon-Maranhão. 132 postpartum women were included in the immediate postpartum period, randomly distributed in: Control and Intervention Group. It was found that the use of contraceptives and breastfeeding were higher in the intervention group (78.8% and 68.2%, respectively). The use of formula was higher in the control group (36.4%). The most used contraceptive method in the groups was the oral contraceptive (38.5% and 33.3%, respectively). It was found that educational activities for puerperal women are effective, as a higher prevalence of breastfeeding and use of contraceptive methods was observed in the intervention group. The educational actions contributed to the formation of behaviors and adoption of attitudes that allow a better quality of life for mother and baby.

Keywords: Family planning; Puerperium; Breastfeeding; Contraceptive methods.

Resumen

La planificación familiar en el posparto inmediato es una práctica comprobada que tiene un gran impacto en la reducción de embarazos no deseados. El objetivo fue analizar la efectividad de una intervención educativa sobre planificación familiar y los beneficios de la lactancia materna. Se trata de un estudio prospectivo, de casos y controles,

realizado en un hospital público de Timon-Maranhão. Se incluyeron 132 puérperas en puerperio inmediato, distribuidas aleatoriamente en: Grupo Control e Intervención. Se encontró que el uso de anticonceptivos y la lactancia materna fueron mayores en el grupo de intervención (78,8% y 68,2%, respectivamente). El uso de fórmula fue mayor en el grupo control (36,4%). El método anticonceptivo más utilizado en los grupos fue el anticonceptivo oral (38,5% y 33,3%, respectivamente). Se constató que las actividades educativas para puérperas son efectivas, observándose mayor prevalencia de lactancia materna y uso de métodos anticonceptivos en el grupo intervención. Las acciones educativas contribuyeron a la formación de comportamientos y adopción de actitudes que permitan una mejor calidad de vida de la madre y el bebé.

Palabras clave: Planificación familiar; Puerperio; Amamantamiento; Métodos anticonceptivos.

1. Introdução

É notável que o aleitamento materno (AM) é uma estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil (BRASIL,2015). Além disso, o AM parece estar relacionado à boa saúde física e emocional da mãe durante o puerpério, o período de lactação e toda a sua vida futura. Dessa maneira, estudos epidemiológicos têm demonstrado que, em comparação com as mulheres que não amamentaram, as lactantes relataram procurar atendimento médico com menos frequência, menor frequência de doenças respiratórias, cardiocirculatórias e gastrointestinais, além de menos sintomas relacionados a problemas emocionais (Ciampo & Ciampo, 2018).

No entanto, segundo pesquisa realizada em 2008 sobre a prevalência de aleitamento materno, nas capitais brasileiras e Distrito Federal; a duração mediana do aleitamento materno exclusivo e do período total de amamentação foi 54,1 e 341,6 dias, respectivamente. Esses resultados confrontam as recomendações preconizadas pela Organização Mundial de Saúde – amamentação exclusiva até o sexto mês de vida e manutenção do aleitamento materno até dois anos, ou mais, com introdução de alimentos saudáveis –, apesar das campanhas e ações dos órgãos governamentais e não governamentais de incentivo ao aleitamento materno, em todo território nacional (Silva,2019).

Nesse contexto, um dos fatores que contribuem para redução do tempo de adesão ao AM é o curto período entre duas gravidezes; muitas vezes fruto da ausência de planejamento familiar adequado. Nesse viés, estudos indicam que o número de crianças desmamadas durante uma gestação subsequente é alto. De acordo com Böhler e Bergström, apenas 18% das crianças que estavam sob regime de amamentação, durante a gravidez seguinte da mãe, continuaram a ser amamentadas até final do período gravídico (Fernandez et al., 2017)

Acredita-se que o planejamento familiar (PF) é um elemento essencial na prevenção primária de saúde, auxiliando as pessoas que procuram os serviços, oferecendo-lhes informações necessárias para a escolha e o uso efetivo dos métodos anticoncepcionais (MAC) que melhor se adaptem às condições atuais de saúde. Além disso, impacta positivamente na lactação (Eloy et al., 2020).

O planejamento familiar é o direito que toda pessoa tem à informação e ao acesso aos recursos que permitam optar livre e conscientemente por ter ou não ter filhos. Sendo assim, do ponto de vista formal, essa medida democratiza o acesso aos meios de anticoncepção ou de concepção nos serviços públicos de saúde, ao mesmo tempo que regulamenta essas práticas na rede privada, sob o controle do SUS. No entanto, o quadro de uso dos métodos de anticoncepção reflete algumas distorções da oferta dos mesmos no país desde a década de 60, quando ela foi iniciada pelas entidades privadas de controle da natalidade, tendo como métodos quase exclusivos a pílula e a laqueadura de trompas (Caetano et al., 2019).

Dessa forma, a educação em saúde se caracteriza como um método muito relevante na construção de hábitos que favoreçam ou conservem uma boa saúde. Pode-se afirmar que a educação em saúde é um meio de trabalho essencial, especialmente quando aplicada como meio de problematização da realidade; favorecendo a troca de conhecimentos, onde o

domínio do saber científico e do saber popular se juntam em benefício da população. Esta relação entre os diversos saberes oportuniza um vínculo com a comunidade (Pereira et al., 2020).

Logo, empregar estratégias inovadoras e recursos tecnológicos na atuação no campo da educação em saúde pode contribuir sobremaneira para a aprendizagem das mulheres a fim de fortalecer a incorporação de comportamentos preventivos de gravidezes indesejadas e para a promoção do AM.

A educação em saúde impacta positivamente a adesão ao aleitamento materno e ao planejamento familiar de puérperas. Nesse sentido, a presente pesquisa se baseou no seguinte questionamento: “Qual o impacto da educação em saúde na qualidade do aleitamento materno e o planejamento familiar?”.

Nesse contexto, o objetivo geral do trabalho foi analisar a eficácia de uma intervenção educativa sobre planejamento familiar e sobre os benefícios da amamentação. E especificamente, traçar associação de complicações gravídicas à ausência de planejamento da gravidez; considerar a prevalência de aleitamento materno e planejamento familiar, através do uso de métodos contraceptivos em 3 meses pós parto; avaliar o índice de gravidezes não planejadas em puérperas internadas em uma instituição pública e os fatores de riscos associados; conhecer os fatores que possam impactar na amamentação.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo prospectivo, caso-controle e com abordagem quantitativa. Nos métodos quantitativos, faz-se a coleta de dados quantitativos ou numéricos por meio do uso de medições de grandezas e obtém-se por meio da metrologia, números com suas respectivas unidades. Estes métodos geram conjuntos ou massas de dados que podem ser analisados por meio de técnicas matemáticas como é o caso das porcentagens, estatísticas, métodos analíticos e geração de equações e/ou fórmulas matemáticas aplicáveis a algum processo. (Pereira. et.al., 2018).

A pesquisa foi realizada em um hospital público, com alta demanda em atendimento em ginecologia e obstetrícia da cidade de Timon- Maranhão, Brasil. Sendo a população da pesquisa foi composta por puérperas que estavam internadas na primeira semana pós-parto nas enfermarias do Hospital Alarico Nunes Pacheco (campo de internato da Uninovafapi), no mês de dezembro de 2022.

A amostra do estudo compreendeu 210 parturientes selecionadas, aleatoriamente, entre as internadas na primeira semana pós-parto, no mês de dezembro de 2022, no Hospital Alarico Nunes Pacheco. Esse número foi calculado através da fórmula:

$$n = (z^2 \cdot 0,25 \cdot N) / (E^2(N-1) + z^2 \cdot 0,25) = (1,96^2 \cdot 0,25 \cdot 462) / (0,05^2 \cdot 461 + 1,96^2 \cdot 0,25) = 210$$

Onde, z é o valor crítico, E é a margem de erro e N corresponde ao tamanho da população, considerando o grau de confiança de 95% ($z=1,96$), margem de erro $E = 5\%$ e $N = 462$.

As puérperas foram monitoradas em 90 dias após o nascimento do bebê, mediante ligação telefônica/mensagem por WhatsApp. Para seleção das integrantes de cada grupo de estudo, as enfermarias do Alarico Pacheco, que recebem puérperas, foram divididas em grupo controle ou grupo de intervenção, por meio de um sorteio aleatório. De acordo com a instituição, 9 enfermarias são destinadas à puérperas. Dessa forma, 5 enfermarias foram sorteadas aleatoriamente para fazerem parte do grupo intervenção e as 4 restantes, formaram o grupo controle.

Sendo assim, as pacientes internadas fizeram parte do grupo que sua enfermaria foi previamente sorteada. Com isso, realizou-se comparação, por meio de porcentagem, dos dois grupos de estudo e observou-se que devido às ações de

intervenção promovidas ao grupo intervenção, puderam aumentar a prevalência de aleitamento materno e planejamento familiar.

Foram incluídas mulheres maiores de 18 anos, na primeira semana pós-parto e que estavam em acompanhamento no Hospital Alarico Pacheco.

Foram excluídas as pacientes com restrições para o aleitamento (soropositivas e puérperas sem vulnerabilidade para engravidar, por exemplo as que já realizaram histerectomia tubária ou laqueadura pós-parto).

Como forma de abordar e convencer as puérperas do grupo de intervenção a participarem da interferência proposta pelo grupo (formada pela palestra educativa, questionário e posteriormente orientações semanais via WhatsApp), elas foram informadas sobre a seleção por sorteio aleatório da enfermaria em que estavam internadas, a fazerem parte do grupo de intervenção de uma pesquisa acadêmica. A qual foi previamente aprovada pelo comitê de ética, que resguarda todos os direitos da pessoa diante a uma pesquisa. O material utilizado como instrumento de orientação foi uma cartilha entregue as participantes.

Foi explicado que esses momentos seriam elucidativos das dúvidas mais comuns do puerpério, a respeito da amamentação e do planejamento familiar. Dessa forma, podendo melhorar seu desempenho individual no exercício do aleitamento e do planejamento familiar.

Já as parturientes do grupo controle, como forma de persuasão a responderem o questionário, foi esclarecido que sua participação contribuirá para o maior entendimento, dos profissionais de saúde, a respeito das principais dificuldades encontradas na manutenção do AM e na prática do planejamento familiar.

A participação no presente estudo, independente do grupo de participação, foi condicionada a aceitação dos termos da pesquisa, mediante a assinatura do TCLE e TCU. A coleta de dados foi realizada em dois momentos distintos: a primeira etapa ocorreu nas enfermarias, durante o puerpério na maternidade, no período de uma semana após o parto. As pacientes (de ambos os grupos de estudo) responderam um questionário elaborado pela equipe de pesquisa, contendo indagações sobre: a gestação recente e as prévias (caso haja); hábitos de vida da mulher e algumas dificuldades encontradas na gestação.

Após o questionário, uma palestra relacionada à temática foi executada pelas estudantes para as pacientes do grupo intervenção, ainda na enfermaria do hospital, para instrução e esclarecimento de dúvidas.

Na segunda etapa, após a alta hospitalar, as puérperas do grupo de intervenção receberam mensagens via WhatsApp, conforme sua autorização por meio do TCLE, por cerca de 10 semanas. Nessa fase, os pesquisadores passaram a interagir com as puérperas em todas as situações, observando as manifestações e as situações vividas das parturientes. Registaram-se descritivamente todos os elementos observados bem como as análises e considerações que fizeram ao longo dessa participação. (Severino, 2018)

Nesse veículo de comunicação virtual foram postadas semanalmente, informações educativas, a respeito do aleitamento e da necessidade de um planejamento familiar. Essas informações foram repassadas por meio de cartilhas explicativas:

Figura 1 - Cartilhas explicativas enviadas por 10 semanas para o grupo de intervenção.



Fonte: Autores (2023).

A Figura 1 retrata exemplos das cartilhas explicativas enviadas ao grupo intervenção. Elas abordam informações relevantes sobre amamentação (pega correta, armazenamento, suplemento alimentar) e planejamento familiar (métodos contraceptivos disponibilizados pelo SUS), a linguagem abordada é específica para leigos.

As puérperas do grupo controle não receberam materiais educativos semanais. Sendo assim, o próximo contato da equipe pesquisadora ocorreu após 3 meses. Quando foi realizada ligação telefônica, a fim de colher as informações sobre a permanência do aleitamento materno e do uso de algum método contraceptivo. Planejou-se comparar, por meio de porcentagem, os dois grupos de estudo e observar se as ações de intervenção promovidas ao grupo intervenção, puderam aumentar a prevalência de aleitamento materno e planejamento familiar.

Os dados coletados foram submetidos a uma análise estatística descritiva através das frequências absolutas e relativas. O processamento foi feito com a utilização da planilha Excel. Os resultados foram apresentados em forma de tabelas e gráficos.

Além disso, foi informado aos pacientes sobre a confidencialidade e privacidade da pesquisa; não havendo sua identificação nem por nome ou número do prontuário nas fichas de coleta de dados. Para minimizar estes riscos, a equipe de pesquisadoras se comprometeu com a abordagem correta e apropriada, priorizando a segurança dos dados dos pacientes (TCUD). Além disso, a fim de assegurar a confidencialidade da pesquisa, os dados obtidos por meio da coleta de dados, o TCLE e o TCUD, assinados pelas pacientes, serão mantidos em arquivo físico e ficarão sob a guarda e responsabilidade da autora principal deste projeto, por 5 (cinco) anos após o término da pesquisa; conforme Resolução 466/12 e orientações do CEP/UNINOVAFAP.

Ademais, apesar da pesquisa possuir uma etapa que inclui o uso do ambiente virtual, ressalta-se que a mesma está em conformidade com as Resoluções do Conselho Nacional de Saúde-CNS- n°466 de 2012 e a de n°510 de 2016. Com a finalidade de garantir a preservação, a proteção, a segurança e os direitos dos participantes da pesquisa, em ambientes virtuais.

Como benefícios coletivos cita-se que o presente estudo poderá reforçar a importância da implementação de materiais educacionais potencialmente significativos para promoção do planejamento familiar e aumento do tempo de adesão ao aleitamento materno nas instituições de saúde.

Os resultados obtidos com o estudo foram organizados para elaboração de um artigo científico a ser pleiteado para publicação na Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia de 2023. A fim, de que um maior número de profissionais da saúde tenha acesso ao conhecimento adquirido pela equipe pesquisadora.

Além disso, o estudo foi submetido, analisado e aprovado pelo CEP-UNINOVAFAPI e a pesquisa foi iniciada somente após aprovação do CEP por meio do seguinte número de protocolo: CAAE: 59634722.0.0000.5210. Além disso, o projeto foi submetido para análise pela própria instituição de saúde juntamente com o Termo de Compromisso de Utilização de Dados (TCUD) e Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE).

3. Resultados

Foram incluídas no estudo, cerca de 132 puérperas internadas na primeira semana pós-parto nas enfermarias do Hospital Alarico Nunes Pacheco, no mês de Dezembro de 2022. As pacientes foram distribuídas igualmente, através de sorteio aleatório em dois grupos: Grupo controle (n = 66) e Grupo Intervenção (n = 66).

Na Tabela 1, é possível verificar as respostas das perguntas relacionadas a amamentação e utilização de métodos contraceptivos pelas puérperas incluídas no estudo.

Tabela 1 - Caracterização das puérperas quanto a prática de amamentação e utilização de contraceptivos.

Variáveis	Grupo Controle (n = 66)		Grupo de Intervenção (n = 66)	
	N	%	N	%
Utiliza Método Contraceptivo				
Sim	26	39,4	52	78,8
Não	35	53,0	11	16,7
Não responderam	5	7,6	3	4,5
Manteve a Amamentação				
Sim	32	48,5	45	68,2
Não	29	43,9	18	27,3
Não responderam	5	7,6	3	4,5
Uso de Fórmula Infantil				
Sim	24	36,4	13	19,7
Não	36	54,5	50	75,8
Não responderam	5	7,6	3	4,5
Uso de Mingau e/ou Frutas				
Sim	5	7,6	0	0,0
Não	56	84,8	63	95,5
Não responderam	5	7,6	3	4,5

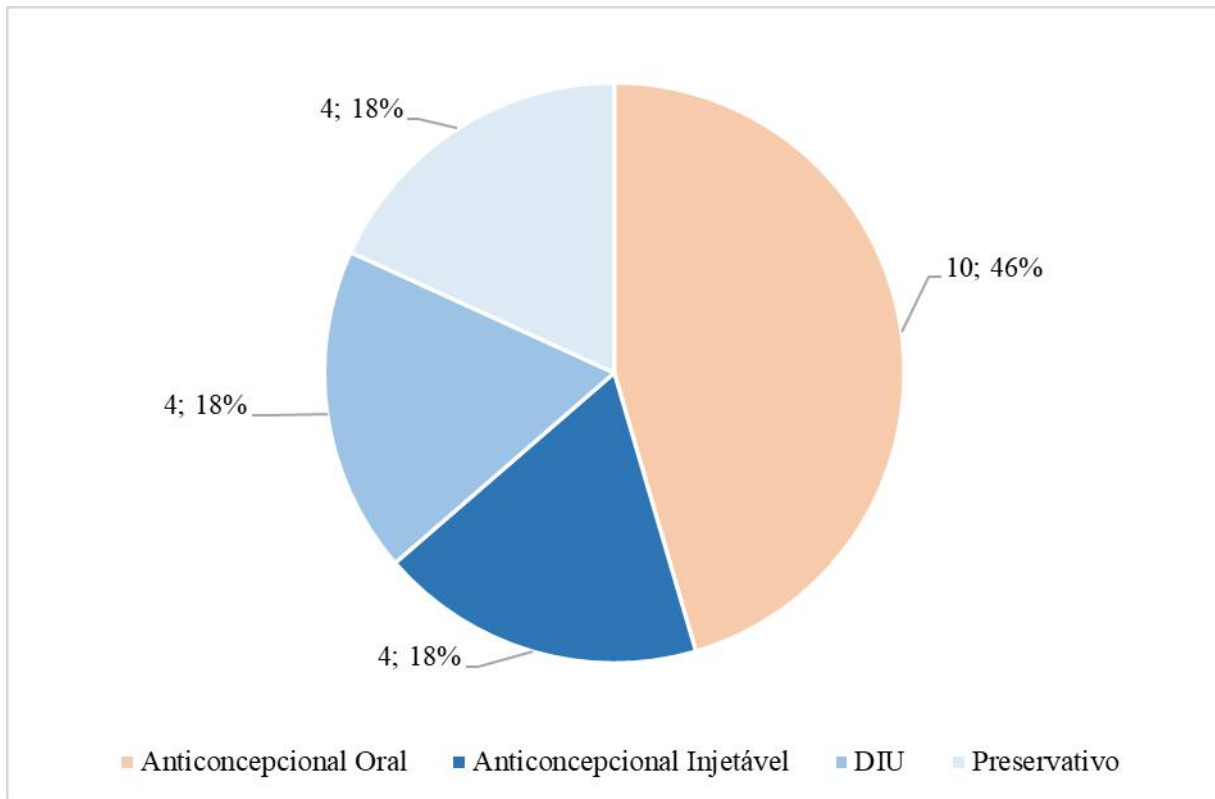
Fonte: Autores (2023).

Foi possível observar na Tabela 1, que a utilização de métodos contraceptivos foi maior no grupo de intervenção (78,8%) quando comparado ao grupo controle (39,4%). O aleitamento materno foi mais frequente no grupo intervenção (68,2%).

Ainda na Tabela 1, verificou-se que a utilização de fórmula infantil foi maior no grupo controle (36,4%). Além disso, cerca de 7,6% dos filhos das puérperas do grupo controle, já faziam uso de mingau e/ou frutas.

Além disso, durante o acompanhamento, algumas puérperas apontaram dúvidas sobre aleitamento materno, saciedade do bebê, armazenamento do leite e utilização de métodos contraceptivos. E a volta ao trabalho foi apontada como um dos principais fatores contribuintes para a introdução de fórmulas.

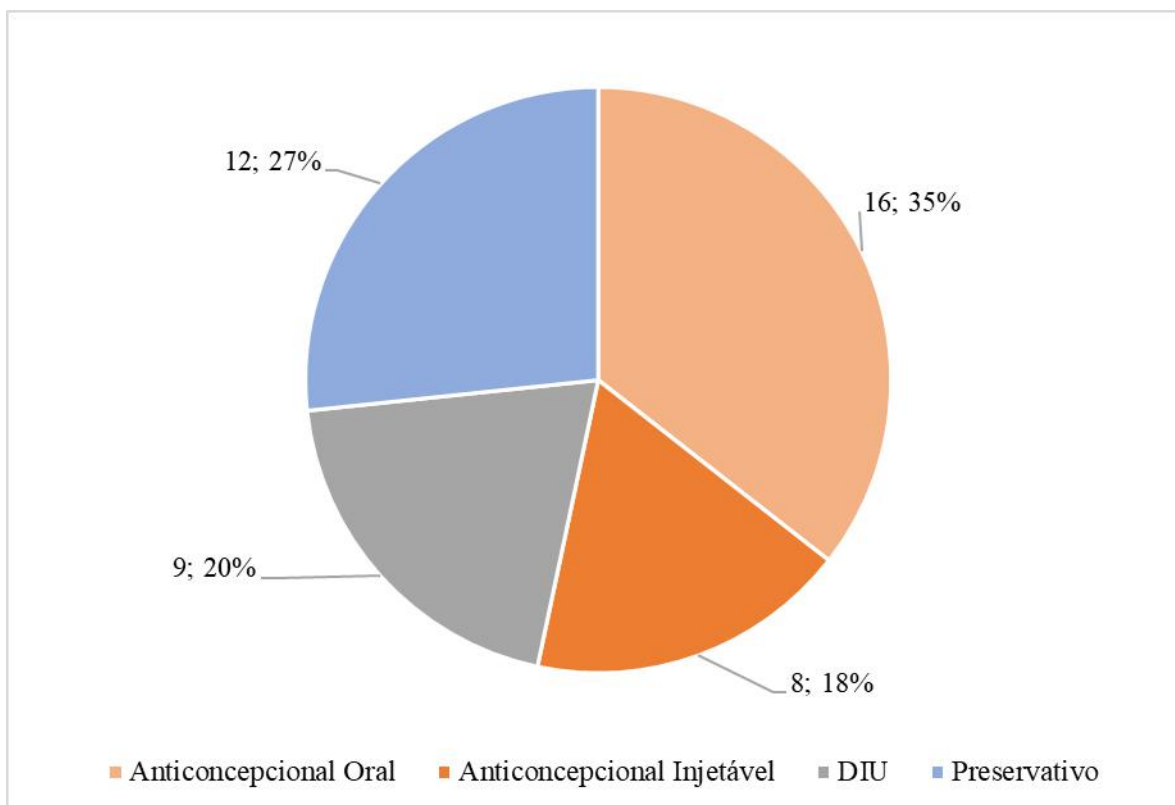
Gráfico 1 - Métodos contraceptivos utilizados pelas puérperas do grupo controle. (n = 66).



Fonte: Autores (2023).

No Gráfico 1, verifica-se a distribuição dos tipos de métodos contraceptivos utilizados no grupo controle. Sendo possível verificar que nesse grupo, o método contraceptivo mais utilizado foi o anticoncepcional oral (46,0%, correspondente a 10 pessoas), seguido da utilização de preservativos (18%, correspondente a 4 pessoas), uso de DIU (18%, correspondente a 4 pessoas), anticoncepcional injetável (18%, correspondente a 4 pessoas)

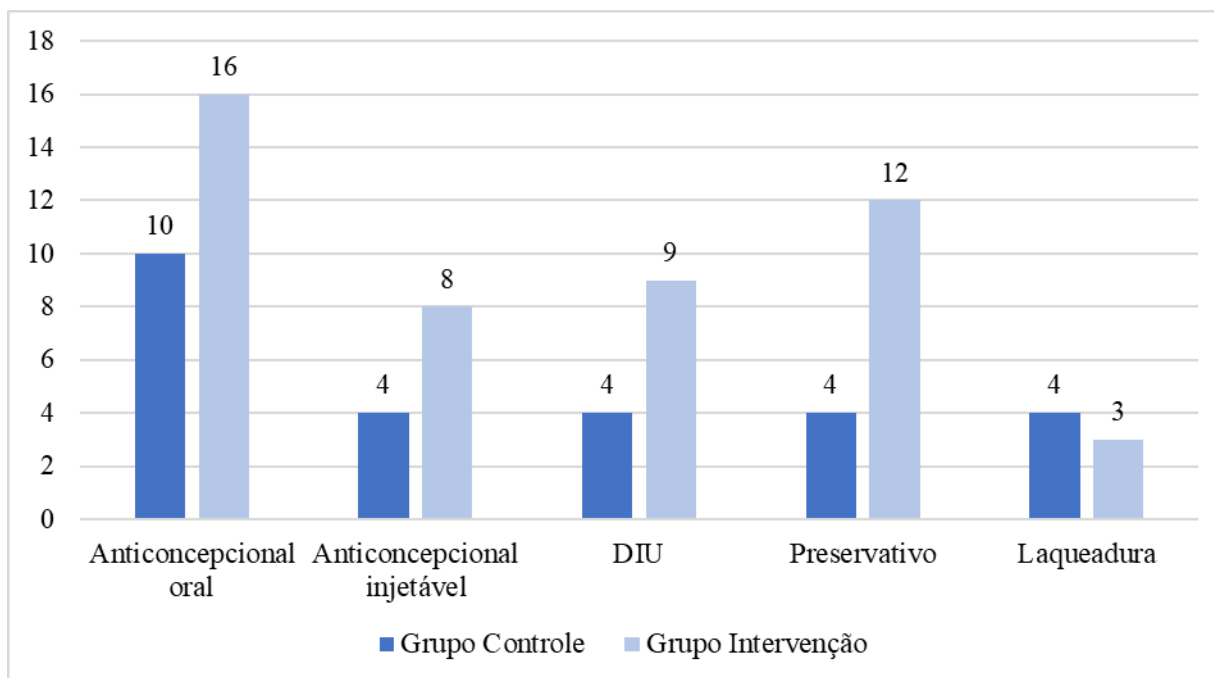
Gráfico 2 - Métodos contraceptivos utilizados pelas puérperas do grupo intervenção. (n = 66).



Fonte: Autores (2023).

No Gráfico 2, verifica-se a distribuição dos tipos de métodos contraceptivos utilizados no grupo intervenção. A partir das respostas, os seguintes dados foram obtidos: O anticoncepcional oral (35%, correspondente a 16 pessoas), utilização de preservativos (27%, correspondente a 12 pessoas), uso de DIU (20%, correspondente a 9 pessoas), anticoncepcional injetável (18%, correspondente a 8 pessoas)

Gráfico 3 - Comparação dos tipos de métodos contraceptivos utilizados pelas puérperas. (n = 132).



Fonte: Autores (2023).

O Gráfico 3 compara os tipos de métodos contraceptivos utilizados no grupo controle e grupo intervenção. Dessa forma, foi possível verificar que a utilização de anticoncepcional oral e injetável, preservativo e DIU foram mais frequentes no grupo intervenção.

4. Discussão

O presente estudo buscou analisar a eficácia de uma intervenção educativa sobre planejamento familiar e os benefícios da amamentação. Tendo como público alvo, puérperas no pós-parto imediato, internadas no Hospital Alarico Nunes Pacheco, na cidade Timon, no estado do Maranhão.

De modo semelhante, Mendes (2021) analisou e descreveu a experiência da utilização da roda de cultura como ferramenta para o conhecimento de 24 puérperas sobre o cuidado à mulher e ao recém-nascido em um hospital de média complexidade, localizado em município limítrofe da Amazônia Legal brasileira.

Nessa perspectiva, Chaveiro (2020) analisou os aspectos gerais sobre planejamento familiar e métodos contraceptivos utilizados durante o puerpério e verificou que devido à falta de conhecimento sobre métodos contraceptivos, muitas mulheres vêm tendo uma gestação seguida da outra, devido a deficiência na orientação dada pelos profissionais de saúde e o casal.

Participaram do presente estudo cerca de 132 puérperas divididas igualmente em grupo controle e grupo intervenção. As pacientes do grupo controle foram submetidas apenas ao questionário, enquanto as pacientes do grupo intervenção participaram de palestra educativa, responderam o questionário e receberam orientações semanais via WhatsApp.

De acordo com Pacagnella et al. (2018), a sobrevivência da mulher e do recém-nascido está intimamente relacionada à assistência recebida, à prevenção de agravos evitáveis e à educação em saúde recebida pela família e sociedade para o cuidado e identificação de sinais e sintomas graves, considerados evitáveis.

Dessa forma, ratificando os resultados obtidos nesse estudo. Uma vez que, verificou-se que a prática de aleitamento materno foi mais prevalente no grupo que recebeu intervenção em longo prazo proposta por essa pesquisa. Contribuindo assim,

para a hipótese de que, em muitos casos, a deficiência na orientação dada pelos profissionais de saúde à puérpera está diretamente ligada ao menor tempo de aleitamento materno exclusivo.

De modo semelhante, Sousa et al. (2022), utilizaram um instrumento que incluiu cuidados pré-natal, parto e puerpério para identificar as práticas de promoção e apoio ao aleitamento materno em maternidades de três regiões de saúde do Paraná, com 1.270 puérperas, e verificaram que nas enfermarias, cerca de 88,6% das puérperas receberam apoio e orientação e dessas, cerca de 93,9% praticavam o aleitamento sob livre demanda.

Nessa mesma sistemática, Lobo et al. (2019), que realizaram estudo para identificar os fatores relacionados com uma maior duração do aleitamento materno, a frequência de crianças que ainda estavam sendo amamentadas no momento da última entrevista telefônica foi de 22,3%.

Também foi observado que o uso de fórmulas alimentares foi maior no grupo controle, bem como a utilização de mingau e/ou frutas esteve presente apenas no grupo controle. No estudo de Lobo et al. (2019), a introdução precoce de fórmulas infantis e menos de seis consultas no pré-natal foram considerados fatores de risco para a menor duração do aleitamento materno. Corroborando aos achados do presente estudo, uma vez que a utilização de fórmulas infantis sobressaiu no grupo com menor ocorrência de aleitamento materno (grupo controle).

Ademais, no presente estudo, durante o acompanhamento, algumas puérperas apontaram dúvidas sobre aleitamento materno, saciedade do bebê, armazenamento do leite e utilização de métodos contraceptivos. E a volta ao trabalho foi apontada como um dos principais fatores contribuintes para a introdução de fórmulas.

Mendes (2021) relatou que as dúvidas relacionadas ao aleitamento materno foram distribuídas principalmente quanto à oferta de água e chás para os recém-nascidos, principalmente em episódios de cólicas. Além disso, algumas mulheres expuseram fatos do seu cotidiano, como a dificuldade do aleitamento materno exclusivo diante da rotina de trabalho e cuidados com o lar.

Ainda no presente estudo, verificou-se que a utilização de métodos contraceptivos foi maior entre as puérperas que receberam intervenção educativa, e o método contraceptivo mais utilizado tanto no grupo controle quanto no grupo intervenção, foi o anticoncepcional oral. Nesse mesmo viés, Chaveiro (2020), verificou que a pílula anticoncepcional é um dos métodos mais utilizados para o controle da natalidade e essencialmente utilizadas para o planejamento familiar. Considerado um dos melhores métodos de prevenção, o anticoncepcional é um dos mais procurados para esse fim, e sua eficácia está relacionada ao modo pelo qual a mulher o utiliza, não deixando de tomar nenhum dia.

Da mesma forma, Pedro et al. (2021), realizaram estudo para identificar os fatores que potencializam ou interferem no planejamento familiar em região de fronteira, e verificaram com relação aos métodos contraceptivos utilizados, que praticamente metade (49,6%) das mulheres descreveu não utilizar; entretanto, entre as mulheres que utilizaram, identificou-se que a maioria (35,7%) preferiu a via oral.

Já Feldman et al. (2021), realizaram um estudo para avaliar o uso de anticoncepcionais antes da gravidez, o aconselhamento durante o puerpério e a escolha da contracepção posterior em puérperas no ambiente hospitalar, e verificaram que, os anticoncepcionais mais relatados pelas pacientes que receberam informações e intervenções no pós-parto foram o implante subdérmico (65,8%) e o DIU (48%).

Segundo Minanni (2018), quando a mulher está na fase de lactação, os métodos contraceptivos orais devem ter o uso limitado, pois podem alterar a qualidade e quantidade do leite materno, já que esses métodos podem transferir hormônios para o recém-nascido e podem provocar possíveis alterações no crescimento infanto-puberal.

De acordo com Minanni (2018), é importante ressaltar que o controle da fertilidade com o uso de contraceptivos é fundamental para a saúde e o bem-estar dos indivíduos, famílias e comunidades. Além disso, é importante destacar que a

contribuição mais importante do uso da contracepção é reduzir o número de gravidez indesejadas, uma vez que o aborto inseguro é a segunda contribuição mais importante na morbidade e mortalidade associadas à obstetrícia.

Ressalta-se que a educação em saúde é uma ferramenta essencial que auxilia os profissionais de saúde na preparação das mulheres para o pré-natal, parto e pós-parto, considerando os medos, inseguranças e dúvidas quanto a esses períodos. Dessa maneira, é fundamental investir na formação dos profissionais, para que estejam aptos para auxiliar as mulheres durante essa fase do ciclo da vida (Pereira et al., 2020).

5. Conclusão

A partir dos resultados observados e analisados, verificou-se que atividades educativas para puérperas são eficazes, uma vez que no grupo que recebeu intervenção foi observado maior prevalência de aleitamento materno e utilização de métodos contraceptivos. As ações educativas contribuíram para a formação de comportamentos e adoção de atitudes que possibilitam melhor qualidade de vida para mãe e bebê, além de fortalecer o uso da consciência crítica das pacientes com relação ao planejamento familiar.

Além disso, este trabalho demonstra a necessidade de se ampliar as ações de proteção e prevenção no âmbito da educação em saúde antes, durante e após o parto, uma vez que se percebeu que muitas mulheres ainda apresentam déficits de conhecimentos sobre amamentação e cuidados no puerpério, o que pode indicar uma falha na assistência ao pré-natal, que consiste em uma etapa primordial para informar e educar essas mulheres.

Referências

- Batista, C. L., et al. (2018). Association between pacifier use and bottle-feeding and unfavorable behaviors during breastfeeding. *J Pediatr*, (94),596—60
- Brasil (2012). Resolução nº 466. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF.
- Brasil (2016). Resolução nº 510. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF
- Brasil. (2015) Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar (2a ed.), Caderno de Atenção Básica n. 23. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde
- Caetano C., Peers, T. & Papadopoulos L. (2019). Millennials and contraception: why do they forget? Na international survey explore the impact of lifestyles and stress levels on adherence to a daily contraceptive regimen. *Eur J Contracept Reprod Health Care*, 24(1), 30-8.
- Chaveiro, J. J. S. (2020). *Métodos contraceptivos utilizados por puérperas - planejamento familiar*. Trabalho de Conclusão de Curso (Farmácia). 43p. Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes - RO.
- Del Ciampo, L. A., & Del Ciampo, I. R. L. (2018). Aleitamento materno e os benefícios da lactação para a saúde da mulher. *Rev Bras Ginecol Obstet*; 40(06): 354-359.
- Eloyc, V. B. et al. (2020). A importância do planejamento familiar e da anticoncepção no puerpério: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, 14, e4274.
- Feldman, F. et al. (2021). Uso de método anticonceptivo previo al embarazo, asesoramiento y preferencia posterior en puérperas del Hospital de Clínicas. *Anfamed*, Montevideo, 8(1), e201.
- Fernandez, G. L et al. (2017). Breastfeeding during pregnancy: A systematic review. *Women and Birth*. 648(9).
- Mendes, C. L. (2021). El círculo de cultura como herramienta para la educación en salud de puérperas. *Orange Journal*, 1(2), 52-60.
- Minanni, C. A. et al. (2018). Conhecimento contraceptivo no puerpério precoce e seu uso efetivo após seis meses. *Arquivos Médicos dos Hospitais e da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo*, 54(3), 94-99.
- Pacagnella, R.C. et al. (2018). Maternal Mortality in Brazil: Proposals and Strategies for its Reduction. *Rev. Bras. Ginecol. Obstet*, 40(9), 501-506.
- Pedro, C. B. et al. (2021). Fatores relacionados ao planejamento familiar em região de fronteira. *Esc. Anna. Nery*, 25 (3).
- Pereira A. S. et al. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. UFSM.

Pereira, V. D. V., Andrade, E. A., & Silva, W. A. (2020). A Atuação do Enfermeiro Obstetra e sua Efetividade na Educação em Saúde às gestantes. *Braz. J. of Develop*, 6(8), 62890- 62901.

Riul, S. S., Parreira, B. D. M., Cardoso, R. J., & Mendes, L. C. et al. (2018). Ações educativas na área da saúde da mulher –relato de experiência de extensão universitária. *Rev Enferm Health Care*, 7(1), 180-189.

Severino, A. J. (2018). *Metodologia do trabalho científico*. Ed. Cortez.

Silva, N. V. N. et. al. (2019). Tecnologias em saúde e suas contribuições para a promoção do aleitamento materno: revisão integrativa da literatura. *Ciênc. saúde colet*. 24 (2).

Sousa, M. F., Nascimento, L. N., & Casacio, M. (2022). Promoção e apoio ao aleitamento materno direcionado às puérperas na Rede Mãe Paranaense. *Saúde e Pesquisa*. 15, (3),155-167.