

AMAMENTAÇÃO: EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS POR PRIMÍPARAS EM UM MUNICÍPIO DA ZONA DA MATA MINEIRA

Dalyra Jaquelina Sampaio Miranda Malafaia Quezia¹
Queziamara de Souza Silva Brandão¹
Ana Paula Coelho Marcolino²

anapawlamarcolino@outlook.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da saúde

RESUMO

O objetivo do estudo é compreender as experiências vivenciadas por primíparas em relação ao processo de amamentação. A presente pesquisa pode ser considerada descritiva, de abordagem quantitativa, na qual foi realizado por meio da aplicação de um questionário semi-aberto a 10 mulheres com faixa etária entre 18 aos 25 anos, cadastradas na unidade Estratégia Saúde da Família (ESF), sendo que a pesquisa foi iniciada dia 10 julho de 2023 com término dia 30 de julho de 2023. Os resultados deste estudo apontam que apesar da maioria das mães apresentarem conhecimento satisfatório sobre a amamentação, algumas mães não obtiveram um grau adequado de conhecimento e esse número apesar de ter sido menor, torna-se relevante, pois pode refletir baixa participação dos profissionais de saúde no aconselhamento e orientações dessas mulheres. Os profissionais da saúde, especificamente da enfermagem, têm ficado às vezes a margem do trabalho com essas mulheres. Impõe-se a necessidade de orientá-las e apoiá-las, particularmente no enfrentamento de períodos de dificuldades e dúvidas, com o objetivo de atenuá-los e até saná-los.

PALAVRAS-CHAVE: Aleitamento Materno, promoção da Saúde, saúde da mulher, apoio, enfermagem.

INTRODUÇÃO

A primeira gestação é um marco significativo na vida de toda mulher e sua conjuntura familiar, após o parto, essa experiência se intensifica diante do membro recém chegado ao lar, por causa desse fato a mulher fica a mercê de incertezas e receios nessa nova dinâmica. Primípara, se trata da mulher que teve a experiência

¹Acadêmicas de Enfermagem 6º Período do curso de Enfermagem, Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX-

²Graduada em Enfermagem. Especialista em Docência do Ensino Superior. Professora do Centro Universitário Vértice –UNIVÉRTIX

do nascimento de seu primeiro filho, e costumeiramente manifesta sentimentos, onde existe ligação direta de suas realidades vividas como: social, cultural, laços familiares, financeiros e interpessoais (GONÇALVES, 2021).

É observado que o cuidado com o recém-nascido demanda horas de trabalho. Assim, o suporte fornecido à mulher, é uma contribuição representativa, que colabora para diminuir a sobrecarga. No contexto da mãe primípara, esse peso pode ser ainda maior, pensando que ela nem sempre está devidamente preparada para esse momento, e com a mulher diante desse obstáculo, cabe a equipe prestar assistência de ensinar os cuidados primordiais com clareza para minimizar essa dificuldade (VASCONCELOS *et al.*, 2019).

A amamentação embora configure-se como algo natural, não é completamente fácil de alcançar e somada às emoções vivenciadas no puerpério o, pode se tornar muito mais complexa” (RODRIGUES e FERREIRA, 2019).

Assim sendo, delinea-se como questionamento para o presente estudo: como se constituem as experiências de primíparas durante a amamentação? Diante do exposto, o objetivo do estudo é compreender as experiências vivenciadas por primíparas durante a amamentação.

Estudos como este têm grande importância no sentido de compreender a realidade vivenciada por diversas famílias e promover a conscientização por meio de intervenções educativas. Isso é fundamental para reduzir o fornecimento de cuidados desprovidos de conhecimento prévio ou baseado em crenças populares que vão contra informações científicas.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O aleitamento materno é um processo essencial para um bom desenvolvimento físico, funcional e mental do bebê, considerado o alimento mais completo e nutritivo para o bebê. O aleitamento materno deverá ser exclusivo até os seis meses de vida, e complementado até os dois anos ou mais, o ato do aleitamento vai muito além do que apenas nutrir a criança. É um processo em que há um grande envolvimento e afeto entre mãe e filho, capaz de repercutir no estado nutricional do bebê, trazendo inúmeros benefícios para ambos. Além disso, contribui de maneira satisfatória para a saúde física e mental do bebê (BRASIL, 2009).

Segundo Conceição, Bretas e Scoralick (2022) o aleitamento materno desempenha um papel crucial no combate à fome extrema e à desnutrição nos primeiros dois anos de vida, sendo essencial para a sobrevivência das crianças, especialmente aquelas em situações desfavoráveis. Estudos sugerem que a prática do aleitamento materno pode contribuir para uma redução de até 13% da mortalidade em crianças com até 5 anos de idade, atribuindo essa diminuição a causas evitáveis.

A promoção do aleitamento materno durante o período gestacional evidencia impacto positivo nas prevalências de amamentação, principalmente entre primíparas. A consulta de pré-natal é configurada como uma oportunidade estratégica para estimular e motivar as gestantes a adotarem a prática da amamentação. É fundamental incluir indivíduos incentivados no círculo de apoio da gestante, como o parceiro e a mãe, para garantir um aconselhamento abrangente e eficaz sobre o aleitamento materno. Essa abordagem interdisciplinar possibilita um suporte integral visando o sucesso da amamentação (BRASIL, 2015).

Segundo Bianchetti e Costa (2022) a gestação, o parto e o puerpério são momentos repletos de sentimentos contraditórios para toda a família, sendo a mulher a mais impactada nessa situação. É fundamental acolher essa sensação de mudança e compreender a importância de adotar uma postura diferente diante desse novo papel, a fim de tornar todo o processo de chegada do bebê mais suave. As mulheres que estão grávidas pela primeira vez, em especial, costumam sentir muito medo em relação a todos os novos acontecimentos relacionados à amamentação, uma vez que se tornam responsáveis pelo cuidado de um recém-nascido (RN) tão frágil e também por não terem convivido anteriormente com RNs.

É de suma importância que, durante as consultas de pré-natal, as mulheres recebam informações relevantes sobre o aleitamento materno por parte dos profissionais de saúde. Essas informações devem abordar as vantagens do aleitamento materno em relação ao leite não humano, bem como as técnicas corretas de amamentação. Esse suporte visa aumentar a confiança e habilidade das mães, incentivando-as a amamentar de forma eficaz.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa. A pesquisa qualitativa, de forma abrangente, tem como propósito aprofundar e compreender um acontecimento isolado, não se preocupando com a quantificação numérica. Ela se destaca por objetivar a compreensão de fenômenos e estruturar ações em uma sequência que engloba descrever, compreender e explicar o evento citado, sem a necessidade de buscar representatividade estatística (MINAYO 2013).

A pesquisa foi realizada com 10 mulheres, com faixa etária entre 18 a 30 anos, residentes em um município localizado na Zona da Mata Mineira. Foi previamente agendada uma reunião na Secretaria de Saúde do Município, para autorização da pesquisa pela gestão de saúde. Neste momento foram apresentados ao gestor os objetivos, justificativa e, relevância da pesquisa.

Após levantamento e identificação das mulheres, realizou-se visitas domiciliares acompanhadas pelos ACS. Durante a visita foi esclarecido sobre a pesquisa e agendamento das entrevistas conforme a disponibilidade das mulheres entrevistadas. A escolha do local para a realização da entrevista ficou a critério das entrevistadas, desde que o ambiente fornecesse privacidade. O tamanho amostral ficou estabelecido pelo critério de saturação dos dados.

As entrevistas foram realizadas em um período de 20 dias, iniciado no dia 10 de julho de 2023 e término dia 30 de julho de 2023. As entrevistas foram divididas em duas etapas: a primeira um breve levantamento dos dados sociodemográficos para melhor caracterização das entrevistadas; a segunda parte mediante um roteiro semiestruturado com questões diretamente relacionadas ao objeto de estudo, a fim de compreender as experiências vivenciadas por primíparas durante a amamentação. Foram excluídas da pesquisa mulheres com menos de 18 anos, que não residem no município da investigação.

Os participantes foram informados dos objetivos do estudo e a sua participação, assim, concretizada mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Este estudo seguiu as especificações da Lei 466/2012 (BRASIL, 2012), que trata de pesquisa envolvendo seres humanos, resguardando-lhe o anonimato e autonomia de recusar-se ou desistir de fazer parte da amostra do estudo.

Os riscos envolvidos na pesquisa consistem em causar constrangimentos mediante aos questionamentos elencados na entrevista, quebra de anonimato, quebra de sigilo e extravio das informações. Nessas situações preservaremos as participantes, garantindo local reservado e liberdade para responder apenas quando se sentirem confortáveis, e que tem plena liberdade para desistir temporariamente ou definitivamente da pesquisa. Abordagem humanizada, optando-se pela escuta atenta e pelo acolhimento do participante, obtenção de informações, apenas no que diz respeito àquelas necessárias para a pesquisa, garantir a não identificação a fim de garantir o seu anonimato, limitação ao acesso aos formulários apenas pelo tempo, quantidade e qualidade das informações específicas para a pesquisa. Entrevista-piloto com 3 indivíduos não participantes da pesquisa, a fim de identificar possíveis potenciais de constrangimentos e minimizá-los.

As entrevistas foram gravadas e, em seguida, transcritas na íntegra. Elas serão organizadas em categorias de análise. A discussão dos dados se deu mediante as questões emergentes da coleta, utilizou nomes fictícios para caracterizar as mulheres entrevistadas.

4CATEGORIAS EMERGENTES DA COLETA DE DADOS

Participaram do estudo 10 mulheres entre 18 a 25 anos. Observou-se que predominantemente as mulheres eram casadas. As mulheres que vivem sem o marido oferecem maior risco de amamentar exclusivamente o bebê por menor tempo quando comparadas àquelas que vivem com os parceiros, o apoio do companheiro assim como dos demais familiares auxiliam no desenvolvimento da autoconfiança e satisfação emocional da mãe (MACHADO, SANTOS e TRIGUEIROS, 2017).

Com relação à escolaridade entre as gestantes, preponderou o ensino médio. A escolaridade é fator influenciador na escolha e manutenção da prática de amamentar, as mães de menor grau de escolaridade iniciam o pré-natal mais tardiamente, tendendo a retardar a decisão sobre a melhor forma de alimentar seus filhos. A menor escolaridade pode estar relacionada ao menor acesso desses grupos a uma rede de suporte familiar e social e a outros fatores facilitadores para a manutenção dessa prática (CAVALCANTI e BAIA 2017).

Com o intuito de descrever os resultados e resguardar suas identidades, as mulheres entrevistadas foram identificadas com nomes fictícios. Os nomes foram escolhidos de forma aleatória, porém utilizou-se a ordem alfabética dos nomes verídicos para estabelecer a disposição da nomeação fictícia.

Os dados apresentados a seguir referem-se à três categorias que emergiram após a análise criteriosa dos relatos das mulheres, coletados por meio das entrevistas.

AMAMENTAÇÃO E SEUS BENEFÍCIOS

Acompanhar todo o processo de desenvolvimento do bebê durante o pré natal, é essencial para a segurança da mãe, com ele é possível evitar complicações no parto e puerpério garantindo um bem estar muito maior, a assistência da gestação proporciona também saúde para o bebê, logo, ele nascerá na melhor forma possível (NASCIMENTO, 2017).

Um dos aspectos mais evidenciado pelas mães neste estudo foi o aleitamento materno como garantia da saúde da criança.

“Por que o leite materno é o melhor pra criança” (Orly, 24 anos)

“Porque o leite materno contém todas vitaminas que seu bebê necessita, eu amo amamentar!” (Lucia, 22 anos)

“Por fazer bem a criança” (Silva, 25 anos)

Pelos benefícios, praticidade e pela conexão entre a mãe e o bebê” (Gil, 22 anos).

Como pode ser visto nos depoimentos a ênfase do aleitamento materno está nas necessidades da criança. O leite materno é um alimento completo, que supre as necessidades nutricionais do lactente e contribui com seu desenvolvimento, tanto físico quanto de comunicação e troca de afeto entre mãe e filho. Assim sendo, a amamentação é pensada fundamentalmente como proteção necessária à saúde do bebê, proporcionando-lhe afeto e alimento visando seu desenvolvimento integral (HERNANDES *et al.*, 2017).

CONHECIMENTO SOBRE A AMAMENTAÇÃO

Segundo o Ministério da Saúde, o leite da mãe protege contra infecções de vias aéreas, diarreias e alergias; além de diminuir o risco de doenças crônicas como hipertensão e diabetes, também atua como fator atenuante para o colesterol e obesidade. Existem estudos que afirmam até que o leite materno influencia de forma positiva no desenvolvimento cognitivo da criança (BRASIL, 2009).

O pouco conhecimento e as dúvidas constantes sobre o significado e os benefícios do aleitamento materno exclusivo apresentado pelas mulheres pode comprometer a amamentação de seus filhos, como podemos observar nos relatos que seguem:

*“Sim meu filho ficou com baixo peso por que meu leite não sustentava ele”
(July, 23 anos)*

“A criança sempre quer mamar toda hora.” (Cassia, 21 anos)

Frequentemente, a percepção de leite fraco ou insuficiente para suprir às necessidades da criança é desenvolvida pela insegurança materna e permeada por aspectos culturais enraizados na sociedade. Essa insegurança, permite que as puérperas interpretem o choro do bebê e as mamadas frequentes – que fazem parte do comportamento normal dos lactentes - como sinais de fome, contribuindo para que essas mães questionem sua capacidade para nutrir plenamente o filho (BRASIL, 2014).

Questionadas se a pega do peito poderia corroborar o sucesso do aleitamento materno.

“ Sim, acho que quando o bebê consegue achar o seu ritmo ao amamentar isso faz com que de tudo certo.” (Edv, 24 anos)

“Sim. Pois uma pega incorreta, pode acabar com o sonho da amamentação” (Gil, 22 anos).

“Sim, a pega é super importante para a amamentação e com a pega correta a mãe não sente nenhuma dor na hora que for amamentar ”. (Bruna, 24 anos)

Nessa perspectiva, salienta-se a relevância das orientações e oferta de ajuda por partes dos profissionais de saúde. É primordial a realização de orientações a cerca da importância do aleitamento materno exclusivo, da pega correta,

amamentação em livre demanda, orientação de técnicas a serem realizadas de forma preventiva (BENTO *et al.*, 2020).

De acordo com as puérperas foram realizadas orientações no pós-parto:

“Veio uma mulher, me instruiu como massagear” (Lucia, 22 anos)

“Elas foram no quarto, e disseram que na hora da amamentação não é bom usar a mão em tesoura, que é melhor em forma de C.” (Silva, 25 anos)

Ainda nessa mesma categoria, foi possível observar relatos que evidenciam orientações resumidas, que demandam pouco tempo dos profissionais, ou ainda, que não receberam nenhuma orientação sobre amamentação.

“Na hora não, mas em casa minha sogra me ensinava direito”. (Cassia 21 anos)

“Não vou mentir não, não recebi orientação não”. (Edy, 24 anos)

Vale salientar que o apoio de maneira acolhedora, em que o profissional mostre preocupação e interesse pela puérpera, é fundamental para incentivo e sucesso no processo de amamentar, dado que, o aleitamento está estreitamente relacionado com orientações, instruções, técnicas e, principalmente, pelo processo de escuta e conjuntura na qual a mãe está inserida (ALVES *et al.*, 2017).

Nessa conjuntura, o suporte e a orientação às puérperas e à família necessitam de engajamento dos profissionais a fim de assegurar a prática efetiva de aleitamento, bem como, incentivo, salientando os benefícios e a relevância, visto que é um método natural, de baixo custo e de eficiência para mãe e bebê³⁰. Destarte, é relevante que os profissionais analisem o contexto da puérpera e que demonstrem comprometimento com as práticas que devem ser estimuladas para influenciar de forma positiva a lactação (MACEDO, 2022).

EXPERIENCIAS VIVENCIADAS

A fase de amamentação é um momento único na vida da mulher, que pode acarretar em uma multiplicidade de sentimentos, conforme evidenciam as falas.

“Me ajudou a sair de um depressão pós parto”. (Lucia, 23 anos)

“Foi uma das melhores experiências de minha vida, tenho muita saudade dessa época.”(Gil, 22 anos)

“Todas as experiências são maravilhosas, mais acho que eu mais vou me recordar vai ser a maravilhosa sensação de poder estar com minha filha no primeiro momento, a sensação de poder amamentar minha filha, sentir o carinho em um simples gesto.” (Edy, 24 anos)

É importante destacar que algumas mães não conseguem amamentar seus filhos, como evidenciado nesse relato:

“E muito bom seu filho sendo amamentado por vc, fiquei triste por não conseguir amamentar ele até seis meses , pois isso e muito bom pra saúde da mãe e do bebê”(Vik, 22 anos)

O olho no olho, coração aperta quando não tem leite para continuar. A última vez que amamentei chorei por tristeza de saber que estava deixando de nutrir minha bebê.(Dey, 24 anos)

De fato, muitas mulheres sonham em amamentar seus filhos, entretanto, a realidade é diferente para cada contexto. As que não conseguem amamentar seus filhos acabam se sentindo inseguranças, provindas da sensação de não ser suficiente para o filho, Tal situação acaba por resultar em tristeza, conflito e angústia, a partir do momento em que a mãe precisa desconstruir elementos de ordem psíquica, que foram antes idealizados por ela. E cabe ao profissional que acompanha as consultas de puericultura conseguir intervir no momento certo para que não haja prejuízo para o filho e nem para a mulher (COELHO, MENESES e LOBO, 2019)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com todo esse trajeto, ficou evidente que as mães têm já uma bagagem de conhecimento adquirido, entretanto pode ser melhorada, elas têm o laço afetivo e querem o melhor para cuidar de seus bebês, mostrá-las como amamentar traz benefícios para ambos, além do sentimento de satisfação para a mulher.

Em resumo, promover a amamentação efetiva desempenha um papel muito importante na qualidade de vida e na saúde do binômio mãe-filho. através deste estudo se mostra evidente que amamentar é além que nutrir, mas é relação afeto que estreita os laços e é crucial para o desenvolvimento saudável das crianças.

Estar preparado para influenciar positivamente essa mulher é atribuição do enfermeiro desde a atenção primária nas primeiras semanas da gestação; manter essa orientação continuada com as mães é um aspecto fundamental para garantir uma jornada contínua, onde gerações serão beneficiadas com os muitos benefícios associados a essa prática.

REFERÊNCIAS

ALVES, F. M.; OLIVEIRA, T. R. H.; OLIVEIRA, G. K.S.; SANTOS, G. M. Knowledge of inherited puerpers in a joint accommodation about maternal breastfeeding. **Revista SUSTINERE**, v.5, n.1, p.24-37. 2017.

BENTO, Débora Aparecida Beneval. *et al.* A Importância da Influência do Profissional de Saúde no Aleitamento Materno. **Id on Line Rev.Mult. Psic**, v.14, n.49, p. 725-73, 2020

BIANCHETTI, Breno Menegale; COSTA, Raphaela Serafin Rulli. **Principais dúvidas das mulheres primíparas e de seus companheiros/às referente aos cuidados dos recém-nascidos**: uma revisão de literatura:, v. 8, n. 7, p. 54055-54065, 2022.

BRASIL, Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n° 466, de 12 de dezembro de 2012**. Brasília-DF: CNE 2012. Disponível em:http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html Acesso em: 05.abr.2020

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Cadernos de Atenção Básica, n. 23. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.

BRASIL. UNICEF- Fundo das Nações Unidas para a Infância. **Guia dos Direitos da Gestante e do Bebê**. São Paulo: Globo, 2011. p. 80. Disponível em: http://www.unicef.org/brazil/pt/br_guiagestantebebe.pdf Acesso em: 11.ago.2016

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas**. – 2. ed. atual. – Brasília Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL, Ministério da saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica**. Cadernos de atenção básica: saúde da criança, aleitamento materno e alimentação complementar. secretaria de atenção à saúde. 2. ed. Brasília,2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_ca_b23.pdf Acesso em: 30 jul. 2023.

CARVALHO, M. R. **Nova revisão dos dez passos para o sucesso do aleitamento.** In: **OMS.** Revisão da IHAC/BFHI mantém os 10 passos para o aleitamento materno. Tradução livre em processo de revisão/adaptação para o Brasil. 2018.

CAVALCANTI, Natália C. Silva Barros; BAÍA, Deylane Corrêa Pantoja. **Ser mãe no mundo do trabalho:** notas sobre os desafios da reinserção de mulheres no mercado de trabalho após a experiência de maternidade. In: Seminário Internacional Fazendo Gênero 11. Florianópolis, 2017. Disponível em: http://www.en.wwc2017.eventos.dype.com.br/resources/anais/1499457316_ARQUIV_O_Sermaenomundodotrabalho.pdf Acesso em: 01.mar.2020

CONCEIÇÃO, Maria Rodrigues da. *et al.* O PAPEL DO ENFERMEIRO DIANTE DAS CONSEQUÊNCIAS DO DESMAME PRECOCE. **Fórum acadêmico Univértix.** v.5 n. 51 p. 1-16 de 2019. Disponível em: <<https://favetr.univertix.net/wp-content/uploads/2022/11/A51.pdf>>. Acesso em: 02. jul. 2023

COELHO, Adriana Serrão; MENEZES, Rakelen Ribeiro de; LOBO, Maria Raika Guimarães. A importância da amamentação na formação de vínculos afetivos saudáveis entre mãe/bebê. **Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia**, n. 5, v. 12, p. 1-15, set. 2019.

GONÇALVES, Talita Bruna Oliveira. **“Gestação de primíparas: superando dificuldades e barreiras.”.** Orientadora: Prof.^a Dr.^a Simone Vieira Toledo, 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) Universidade Católica de Goiás escola de ciências sociais e da saúde curso de Enfermagem, 2021.

HERNANDES. T. A. *et al.* Significado e dificuldades da amamentação: Representação Social das Mães. **Rev Psicol Divers Saúde.** v.6, n.4, p.247-225, 2017

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciência coletiva.** Rio de Janeiro, v.17, n.3, p.621-626, 2012.

MACEDO, Adriana Budelon de. Causas do desmame precoce em lactentes: uma revisão integrativa. **Feminina- ARTIGO DE REVISÃO.** Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1397872/femina-2022-507-435-443.pdf>. Acesso em: 03. jul. 2023

NASCIMENTO, Juliana da Silva Garcia. *et al.* Processo de orientação para amamentar: a desarticulação da educação realizada à beira do leito. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 15, n. 54, p. 13-20, 2017.

RODRIGUES, Gilcynara Maria Moura. **Desafios apresentados por primíparas frente ao processo de amamentação.** Orientadora: Elisângela da Silva Ferreira. 2019. 50 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) -

Faculdade de Enfermagem, Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Pará, Belém, 2019.

VASCONCELOS, Maria Lucíola. *et al.* Cuidado à criança menor de seis meses no domicílio: experiência da mãe primípara. **Escola Anna Nery**, Fortaleza, v. 23, n. 3, p.11-12. 2019.