

Dificuldades encontradas em torno do aleitamento materno de primogênitos: uma revisão integrativa

Difficulties encountered around breastfeeding of firstborn children: an integrative review

Dificultades encontradas en torno a la lactancia materna de los primogénitos: una revisión integradora

RESUMO

Objetivo: disseminar a importância da amamentação no desenvolvimento do bebê e da relação afetiva entre mãe e filho. Método: trata-se de uma revisão integrativa, realizada por meio de buscas efetuadas na internet utilizando-se do portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) através das bases de dados, LILACS, BDNF e MEDLINE. Foram procurados artigos cadastrados com a utilização dos descritores em saúde: "aleitamento materno", "puérpera", "dificuldade na amamentação" e "primogênitos", sendo selecionados para a amostra todos os artigos disponíveis na íntegra, publicados em português no período de 2018 a 2023. Resultados e discussões: foram evidenciadas, as principais dificuldades da amamentação de primíparas, tanto físicas, como psicológicas e socioculturais. Conclusão: as experiências, dúvidas e expectativas apresentadas pelas mulheres, mostram as falhas, que se iniciam no pré-natal, e se estendem até o período que a puérpera se encontra em casa com a presença de toda a família.

DESCRITORES: Aleitamento materno. Assistência de enfermagem. Dificuldades na amamentação.

ABSTRACT

Objective: to disseminate the importance of breastfeeding in the development of the baby and the emotional relationship between mother and child. Method: this is an integrative review, carried out through searches carried out on the internet using the Virtual Health Library (VHL) portal through the databases LILACS, BDNF and MEDLINE. We searched for articles registered using the health descriptors: "breastfeeding", "puerperal woman", "difficulty in breastfeeding" and "firstborn", with all articles available in full, published in Portuguese in the period being selected for the sample. 2018 to 2023. Results and discussions: the main difficulties of breastfeeding primiparous women were highlighted, both physical, psychological and sociocultural. Conclusion: the experiences, doubts and expectations presented by women show the flaws, which begin during prenatal care and continue until the period in which the postpartum woman is at home with the entire family present.

DESCRIPTORS: "Breastfeeding". "Nursing assistance. "Breastfeeding difficulties".

RESUMEN

Objetivo: Divulgar la importancia de la lactancia materna en el desarrollo del bebé y en la relación afectiva entre madre e hijo. Método: Se trata de una revisión integradora, realizada a través de búsquedas en Internet utilizando el portal de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS) a través de las bases de datos LILACS, BDNF y MEDLINE. Se buscaron artículos registrados utilizando los descriptores de salud "lactancia materna", "mujeres puérperas", "dificultades en la lactancia materna" y "niños primogénitos", y se seleccionaron para la muestra todos los artículos disponibles en su totalidad y publicados en portugués entre 2018 y 2023. Resultados y discusiones: se destacaron las principales dificultades en la lactancia de las mujeres primíparas, tanto físicas como psicológicas y socioculturales. Conclusión: las experiencias, dudas y expectativas presentadas por las mujeres muestran las fallas que comienzan en la atención prenatal y se extienden hasta el período en que la puérpera está en casa con toda la familia.

DESCRIPTORES: Lactancia materna. Cuidados de enfermería. Dificultades de la lactancia materna.

RECEBIDO EM: 06/09/2023 APROVADO EM: 28/11/2023

Como citar este artigo: Kawakami RMSA, Carrijo MLR, Souza TG, Ferreira PS, Nogueira PLB. Experiências da implantação do programa extensionista integrador na formação médica. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2024 [acesso ano mês dia];14(89):13264-13277. Disponível em:

DOI: 10.36489/saudecoletiva.2024v14i89p13264-13277

- ID Nathalia Claudino do Nascimento**
Enfermeira. Especialista em Obstetrícia. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba.
ORCID: 0000-0001-6655-9884
- ID Luciana Videiro Corvalão**
Enfermeira. Graduada em Enfermagem pela Faculdade de Enfermagem São Vicente de Paula / João Pessoa – PB.
ORCID: 0009-0004-9503-7486
- ID Sérgio Ferreira Tannús**
Enfermeiro. Mestre em Saúde Ambiental e Saúde do trabalhador PPGAT pelo programa de pós-graduação da Universidade Federal de Uberlândia.
ORCID: 0000-0003-3504-1737
- ID Virginia Grasielle Silva dos Santos**
Enfermeira. Formada pelo Hospital Sofia Feldman. Atuou como Enfermeira(a) PACS/PSF - Servidora do Município de Itabuna/BA. Possui Especialização em Saúde da Família e Especialização em Enfermagem em Ginecologia e Obstetrícia. Graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) turma 2014.1 no campus de Jequié. Mestranda do MPEA - UFF/COREN MG.
ORCID: 0009-0008-5434-1974
- ID Yolanda Abrantes Paletot**
Fonoaudióloga. Graduada em Fonoaudiologia – UFPB.
ORCID: 0009-0007-0926-6330
- ID Annelissa Andrade Virginio de Oliveira**
Enfermeira. Doutorado em Saúde Coletiva. Filiação Institucional: Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW/ UFPB/ EBSEH. ORCID: 0000-0001-9066-190X
- ID Albertina Martins Gonçalves**
Enfermeira. Doutorado em biotecnologia e inovação pela Anhanguera. Mestre em Unidade de Terapia Intensiva pela SOBRATI. Especialista em Unidade de Terapia Intensiva e Saúde da Família.
ORCID: 0009-0008-7757-3209
- ID Vânia Marília Lima Guida**
Nutricionista. Licenciatura Plena em Ciências. Especialização em Terapia Nutricional e Nutrição Clínica. Especialização em Desenvolvimento Sustentável na Amazônia com ênfase em EA. Mestranda do programa de pós-graduação em ensino tecnológico do IFAM.

INTRODUÇÃO

O cuidar materno é um ato que representa o conjunto de diversas ações biopsicossocioambientais que vão permitir ao recém-nascido um desenvolvimento adequado. A criança precisa sentir-se rodeada de afeição, além de uma série de cuidados que devem ser tomados para assegurar, entre outros, a alimentação adequada¹.

O cuidar materno é um ato que representa o conjunto de diversas ações biopsicossocioambientais que vão permitir ao recém-nascido um desenvolvimento adequado. A criança precisa sentir-se rodeada de afeição, além de uma série de cuidados que devem ser tomados para assegurar, entre outros, a alimentação adequada¹.

O nascer de uma criança é um acontecimento que desperta muitos sentimentos dos pais, e ao desempenhar a maternidade pela primeira vez é normal a mulher apresentar um turbilhão de sentimentos, como alegria, satisfação, medo, realização e insegurança; que costumam ser intensos e estar relacionados à realidade sociocultural, financeira ou as relações familiares e interpessoais. A mãe acaba por demonstrar desconhecimento e incapacidade, além de descuidar de algumas tarefas necessárias ao bem-estar do recém-nascido², o que pode interferir no vínculo da mãe com seu bebê, afetando em muitos casos o processo de aleitamento materno.

Segundo o Ministério da Saúde³, o aleitamento materno é o melhor alimento para um recém-nascido, pois promove a saúde

física e mental do filho e da mãe, desenvolvendo vínculo afetivo entre eles. A amamentação traz como benefício reduzir o risco da mãe de contrair câncer de mama e do colo uterino, auxiliando na redução de doenças como hipertensão, diabetes e obesidade. É a maneira mais saudável para alimentar e proteger o filho, pois o leite humano é o alimento mais completo nos primeiros meses de vida, sendo um composto rico e equilibrado, com todos os nutrientes essenciais para sua sobrevivência. A amamentação previne a mortalidade infantil, combate diarreias, desnutrição, infecções respiratórias e reduz o risco de alergias^{4,5}.

Por definição, a amamentação exclusiva é o uso do leite materno até aos 6 meses de vida, como único alimento, sendo o desma-

me precoce o processo que se inicia com a introdução de qualquer alimento na dieta da criança que não seja o leite materno, mesmo chás e água, o que vem acarretar a suspensão completa da amamentação⁶.

Um dos fatores que estão relacionados a problemas na amamentação é a dificuldade inerente à técnica da mesma, acredita-se que uma técnica errada dificulta a sucção e o esvaziamento da mama, podendo afetar a dinâmica da produção do leite. Outras circunstâncias que interferem no processo do aleitamento materno são a dificuldade na pega e na sucção, a agitação do bebê e a percepção de oferta insuficiente de leite pela mãe⁷. Apesar da importância da amamentação ser reconhecida e comprovada, por vezes a cobrança e as expectativas colocadas sobre e pela puérpera também acabam dificultando ainda mais este período, além do fato das atenções serem exclusivamente voltadas para o bebê, muitas vezes relegando problemas físicos e emocionais que podem ser apresentados pela mãe⁸.

Somado a isso, crenças transmitidas pelas gerações que interferem no desenvolvimento desse processo, levando muitas mulheres ao desmame precoce. Destacam-se o mito de que o leite é fraco, de que o tamanho da mama está relacionado com a capacidade da produção de leite, e de que o uso de chás melhora as cólicas nos primeiros dias de vida⁹.

Logo, à atuação da equipe de enfermagem no âmbito da Política Nacional de Aleitamento Materno, deve-se: prevenir, identificar e solucionar as dificuldades na interação entre mãe e filho, tais como a anatomia dos mamilos, pega inadequada, fissuras, descida do leite e sensação de dor. É necessária uma atenção mais precisa diante das necessidades da mãe, durante o aleitamento enquanto a mesma estiver hospitalizada, sendo esses problemas precocemente identificados e solucionados para que a amamentação seja bem-sucedida¹⁰.

Alguns fatores que são relevantes durante a sucção do seio que devem ser analisados pelos profissionais de saúde em atividades educativas e de promoção da prática da amamentação. Esses aspectos como a presença de lesões ou dor mamilar, ingurgitamento mamário e sensação de cansaço

devem ser observados na amamentação durante a internação, pois são condições indicativas de dificuldades com a técnica da amamentação, frequentemente citada nas primeiras horas pós-parto¹⁰.

Motivos pelos quais cresce a importância dos profissionais de saúde de expor orientações e explicações que permitam desmistificar conceitos e ajudar a mulher no período gestacional e puerperal. Observando que as ações de educação em saúde são fortemente influenciadas pelo conhecimento popular e empírico e pelas tradições culturais e religiosas sobre os aspectos gestacionais⁹, sendo, portanto, necessário compreender as dificuldades encontradas pelas mulheres primíparas e da importante responsabilidade dos profissionais de saúde quanto as orientações deste período.

Portanto desde a realização do pré-natal, a mulher deve receber informações relativas à gestação, parto e puerpério, orientações que serão importantes para atravessar essa fase com maior segurança e prazer, considerando que a desinformação ocasiona preocupação em excesso além de frustrar as expectativas geradas. Neste contexto, surge a seguinte questão orientadora: Quais as dificuldades encontradas por puérperas primíparas no aleitamento materno e os fatores que afetam a manutenção de sua saúde física e mental? Tem-se como objetivo: Avaliar as dificuldades encontradas por puérperas primíparas no aleitamento materno e os fatores que afetam a manutenção de sua saúde física e mental.

Este artigo se justifica, pelo fato da autora em questão ter amamentado dois filhos e embora durante a realização do pré-natal do primogênito tenha realizado todos os acompanhamentos e exames previstos no período, nunca recebeu orientação referente ao ato de amamentar, como: posicionamento, pega correta do bebê, anatomia dos mamilos e incômodos gerados durante a fase de lactação. Apesar de ter se passado 14 anos, com o advento da tecnologia, os relatos de problemas enfrentados durante este período ficaram mais evidentes devido à exposição que as primíparas têm dado ao problema.

Desta forma, pensando naquelas mulheres que são afetadas pela frustração na hora

de amamentar, e que não possuem o conhecimento correto, nem as orientações e treinamentos adequados oriundos das equipes de saúde, além do desconhecimento familiar e pressões impostas pela sociedade, este trabalho visa oferecer um olhar mais humanizado e voltado para a puérpera como um elo fundamental no sucesso do aleitamento materno.

MÉTODO

TIPO DE PESQUISA

Este artigo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, tendo por finalidade reunir e condensar os resultados de pesquisas empíricas sobre uma temática ou questão de investigação. Revisão integrativa é um método que inclui a verificação de estudos relevantes, a qual pode demonstrar brechas no conhecimento de um determinado tema, além de explicitar as áreas que carecem de mais pesquisas. Este sistema de estudo inclui a revisão de pesquisas relevantes que dão amparo para tomadas de decisões aperfeiçoando a prática clínica¹².

ETAPAS E LOCAIS DA PESQUISA

A revisão integrativa é importante na área da enfermagem que permite a síntese de diversos estudos e pesquisas já publicadas, fato este que torna possível obter conclusões gerais a respeito de uma área específica de estudo. Sendo este estudo realizado conforme alguns passos; o primeiro é a identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para a elaboração da revisão; o segundo é o estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/ amostragem ou literatura; o terceiro passo fala sobre a definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; o quarto trata da avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; o quinto, da interpretação dos resultados e o último corresponde a apresentação da revisão.

A busca bibliográfica aconteceu entre os meses de fevereiro a maio do ano de 2023, utilizando-se da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e desenvolvida junto às bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura La-

tino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de Dados Bibliográficas Especializada na Área de Enfermagem (BDENF).

SELEÇÃO DA AMOSTRA

Na realização da busca dos artigos, utilizou-se descritores selecionados conforme consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e com a combinação dos operadores booleanos “aleitamento materno” OR “puérpera” OR “dificuldade na amamentação” OR “primogênitos”. Com base na combinação desses descritores, foram localizadas 2.829 publicações, sendo 1.873 disponíveis na íntegra. Os artigos publicados nas bases selecionadas somaram 1.424. Para a triagem dos estudos, o período considerado foi um total de cinco anos, de 2018 a 2023, o que resultou em 505 artigos, sendo um total de 328 artigos publicados em língua portuguesa.

Após leitura dos títulos de todas as publicações, além do resumo de todas aquelas que potencialmente atendiam a finalidade deste artigo, e tendo por objetivo refinar a amostra utilizando-se critérios de inclusão e exclusão, foram excluídos 291 artigos, por não atenderem à questão da pesquisa ou por estarem indexados repetidamente.

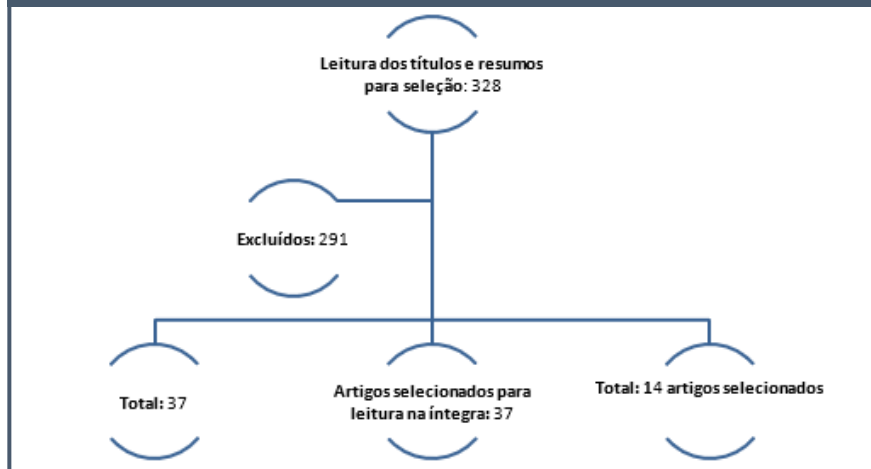
APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Os artigos que tiveram dados coletados, referentes aos estudos analisados, foram classificados por título, ano, autor, tipo de estudo e periódico de publicação; em seguida, foi elaborado um quadro resumo com os dados coletados. Para efetivar a análise de dados, realizou-se leitura completa de 37 artigos, além de utilizar-se da técnica de análise temática de conteúdo por meio da releitura dos resultados dos estudos, buscando identificar aspectos relevantes e de convergência entre eles (Figura 1). A partir da questão norteadora, do período de busca e dos descritores dentro das bases selecionadas, foi possível identificar os seguintes artigos:

RESULTADOS

Baseado pelos critérios de inclusão e exclusão descritos na metodologia, a amostra

Figura 1. Fluxograma da seleção amostral dos estudos incluídos na revisão:



Fonte: dados da pesquisa, 2023.

final foi composta por 14 artigos selecionados. A maioria dos estudos foram publicados nos anos de 2018 e 2019 correspondendo a um total de 65%; os demais artigos foram publicados a partir do ano de 2020. (Quadro 1). A análise realizada possibilitou identificar as dificuldades encontradas por puérperas primíparas no aleitamento materno e os fatores que afetam a manutenção de sua saúde física e mental.

DISCUSSÃO

Analisando as informações disponíveis nas publicações de referência, verifica-se que entre os fatores que dificultam a prática da amamentação pode-se destacar as lesões ou fissuras mamilares, a pega incorreta e problemas com a produção do leite materno. Por outro lado, as principais influências no sucesso do aleitamento maternos estão relacionados ao apoio de familiares e de pessoas próximas a puérpera, bem como a atuação da equipe de enfermagem durante todo o processo que envolve a amamentação^{10,11,12,13,14}.

Rachaduras ou fissura mamilar, são lesões do tecido epitelial que envolve o mamilo. Conforme estudo realizado no período de junho a novembro de 2012 o Hospital Universitário da Universidade de São Paulo com 1689 parturientes mostra que 55,5% das puérperas acabam sendo acometidas por lesões nos mamilos. Porém enquanto mulheres no segundo parto ou mais apresentam

lesões em menos da metade dos casos, existe uma incidência superior a 60% em mães primíparas; o que ocorre principalmente devido a inexperiência e a primeira exposição do tecido mamilar a sucção^{15,16,17}.

Relativo à demora para a produção ou a falta do leite, devemos considerar o processo fisiológico denominado de apojadura, que demora normalmente entre três ou quatro dias para ocorrer graças aos fenômenos hormonais ocorridos no organismo da puérpera. Essa informação é desconhecida da maioria das mulheres e acaba prejudicando o processo de amamentação^{18,19,20,21}.

Durante esse período, o primeiro líquido que desce é o colostro, que é ideal e suficiente para a nutrição do recém-nascido. A partir desse momento a produção do e leite depende de vários fatores como alimentação, descanso e saúde emocional da mãe, mas principalmente da pega correta, do estímulo dos mamilos durante a sucção e do esvaziamento das mamas, ações que estimulam cada vez mais a produção de leite materno. Os partos prematuros e a obesidade também podem interferir na descida do leite. A estimulação da mama com sucção frequente do bebê ou com extração manual ajuda a evitar esse problema^{21,22,23}.

Alguns bebês demonstram maior dificuldade para iniciar a amamentação. Pois tanto a mulher como o bebê estão se adaptando às mamadas. As causas podem ser devido à pega de forma errônea ou a posição

Quadro 1. Apresenta a análise dos estudos de acordo com: título, autor, ano, tipo de estudo e publicação.

TÍTULO	AUTOR	ANO	TIPO DE ESTUDO	PERIODICO
Conhecimentos e Dificuldades das Mães face à Amamentação	Andrade LVFS.	2018	Investigação Empírica	Revista Escola Superior de Saúde Viseu
Maternidade e amamentação: identidade, corpo e gênero	Giordani RCF, Piccoli D, Bezerra I, Almeida CCB.	2018	Ensaio Teórico	Associação Brasileira de Saúde Coletiva
Facilidade e dificuldade encontradas pelas puérperas para amamentar	Urbanetto PDG, Gomes GC, Costa AR, Nobre CMG, Xavier DM, Jung BC.	2018	Pesquisa descritiva exploratória qualitativa	Revista Online de Pesquisa
Dificuldades iniciais com a técnica de amamentação e fatores associados a problemas com mama em puérpura	Barbosa GEF, Silva VB, Pereira JM, Soares MS, Filho RAM, Pereira LB, Pinho L, Caldeira AP.	2018	Estudo transversal, observacional e analítico	Revista Paulista de Pediatria
Práticas e crenças populares associadas ao desmame precoce	Oliveira AKP, Melo RA, Maciel LP, Tavares AK, Amando AR, Sena CRS.	2018	Estudo descritivo qualitativo	Avances em Enfermeria
Atuação do enfermeiro no manejo clínico da amamentação: estratégias para o aleitamento materno	Costa EFG, Alves VH, Souza RMP, Rodrigues DP, Santos MV, Oliveira FL.	2018	Pesquisa descritiva exploratória	Revista Online de Pesquisa
Fatores associados à auto-eficácia da amamentação segundo os tipos de mamilos	Pitilin EB, Polleto M, Gasparin VA, Oliveira PP, Sbardelotto T, Schirmer J.	2019	Estudo Transversal	Revista Rene
Transtorno mental no puérpero: riscos e mecanismos de enfrentamento para a promoção da saúde	Maciel LP, Costa JCC, Campor GMB, Santos NM, Melo RA, Diniz LFB	2019	Estudo Transversal	Rev Fun Care Online
Dificuldade no aleitamento materno nos primeiros dias de vida do recém-nascido	Oliveria T.R	2020	Pesquisa qualitativa descritiva	Repositório digital - Lume UFRGS
Avaliação do diagnóstico de enfermagem amamentação ineficaz em puérperas	Morais EPAM, Mangueira SO, Perrelli JGA, Rodrigues BHX, Gomes RCM	2020	Estudo Transversal	Revista Cubana de Enfermeria
Estratégia e ações do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno: revisão integrativa	Viana MDZS, Donaduzzi DSS, Rosa AB, Fettermann FA	2021	Revisão Integrativa	Revista Online de Pesquisa
Dificuldade no aleitamento materno exclusivo no alojamento conjunto: revisão integrativa	Bicalho CV, Martins CV, Friche AAL, Motta AL	2021	Revisão Integrativa	Audiology - Communication Research
Boas práticas no cuidado ao recém-nascido com boa vitalidade na sala de parto: uma revisão integrativa	Góes FGB, Ledo BC, Santos AST, Bastos MPC, Silva ACSS, Pereira-Ávila FMV	2021	Revisão Integrativa	Revista Online de Pesquisa
Estratégia de promoção do aleitamento materno e fatores associados ao desmame precoce	Dias EG, Sena EPFR, Sampaio SR, Bardaquim VA, Camps LM, Araújo RA	2022	Estudo descritivo qualitativo	Journal Health NPEPS

da criança ou ao uso de bicos de mamadeiras e chupetas. A criança também pode ter dificuldade para abocanhar a aréola de maneira correta quando a mama é muito grande, está muito cheia, empedrada, ou quando o mamilo é invertido ou plano. Também é importante avaliar o frênulo lingual, que pode interferir na amamentação. A pega incorreta é um dos principais agravantes porque além de causar lesões como abordado anteriormente, também prejudica a produção e descida do leite materno bem como a satisfação da nutriz^{24,25,26}.

Para analisar se a pega está sendo realizada de forma satisfatória, é necessário observar como está ocorrendo a sucção. Deve-se verificar se o recém-nascido está realizando longas sucções, mesclado com pausas e sucções mais curtas, além de verificar se a deglutição está ocorrendo. O bebê deve abocanhar toda a parte da aréola e não apenas o mamilo. Lembrando que a pega correta não provoca dor, que é indício de que a posição da mamada está incorreta. Também é importante avaliar o frênulo lingual, que pode interferir na amamentação^{24,25,26}.

Existem diversas posições para amamentar, a mulher pode ficar sentada, recostada, deitada ou qualquer outra posição que seja agradável, familiar e mais adequada ao momento. Mãe e filho devem estar confortáveis, o corpo do bebê virado para o corpo da mãe, a cabeça e o corpo da criança alinhado. A lactante deve apoiar bem o bebê, colocando o rosto da criança perto e de frente para a mama. Evitar ao máximo o uso de bicos de mamadeiras, silicone e chupetas. Caso as mamas sejam grandes, o ideal é utilizar um apoio. Enquanto a criança tiver dificuldade para sugar, pode-se esvaziar o leite do peito manualmente e oferecer ao bebê em um copo ou colher. Isso ajudará na produção de leite até que a criança volte a sugar. O diagnóstico e orientação de um profissional de enfermagem logo na primeira mamada do bebê e a verificação da língua presa são fundamentais para identificar os motivos que dificultam a amamentação e a conduta mais adequada².

Quando o mamilo for plano ou invertido pode dificultar a amamentação, nesse caso, devemos ajudar o bebê a abocanhar o

mamilo e a aréola e tentar diferentes posições para facilitar a pega. Caso a mama esteja muito cheia na hora da amamentação, é indicado massageá-las para um pouco de leite para que a aréola fique mais macia e facilite a pega do bebê¹⁷.

Por meio da pesquisa realizada por Maciel¹⁸, os fatores que afetam a saúde física e mental da puérpera iniciam-se com as alterações físicas e hormonais deste período, acrescentando-se questões de cunho social como o planejamento e o desejo da gravidez, bem como a gestação precoce, o risco gestacional, os extremos da idade, aspectos culturais, questões socioeconômicas, o apoio do companheiro e da família, a capacidade de adaptação e a sua resiliência. A baixa condição socioeconômica da puérpera e alguns aspectos como o estado civil e com quem residem, são fatores de riscos determinantes do bem-estar da sua saúde mental, pois em muitos casos a convivência não influencia de forma benéfica nesse período, devido a falta de apoio familiar nos momentos críticos.

Fatores como complicações na gestação, motivos de ansiedade, medos e preocupação excessiva com a saúde e o bem-estar do bebê estão relacionados como potencializadores riscos na geração de algum transtorno mental no puerpério. A dificuldade de lidar com os julgamentos feitos pela sociedade diante dos “erros” cometidos por essas mulheres ou pelos sentimentos negativos produzidos podem gerar tensão e conflitos não resolvidos, resultando no enfrentamento inadequado e contribuindo para o surgimento de transtornos geradores de medo, angústias e tristezas nas puérperas¹⁸.

Segundo Viana¹⁹ outro aspecto que influencia no sucesso da amamentação é o apoio familiar como estratégia no processo do aleitamento materno. É evidente que este ato não é uma tarefa fácil, pois normalmente acaba sendo influenciado pela sociedade. O contexto sociocultural vivenciado pela primípara, por vezes, se sobrepõe aos fundamentos biológicos envolvidos no aleitamento. Portanto o apoio dos familiares e amigos significam uma ajuda fundamental para a continuidade do aleitamento materno.

Através desta rede de suporte da lactante é possível obter melhores resultados,

diminuindo assim a ansiedade e o estresse, proporcionando segurança, tranquilidade psicológica e conforto para a nutriz, bem como aumentando a compreensão desta em relação a amamentação. A colaboração da família em benefício da promoção, proteção e apoio a amamentação é essencial para a persistência da mulher no aleitamento, sendo então uma das principais responsabilidades das pessoas que convivem com esta mulher, proporcionar um ambiente tranquilo e confortável, que possa estimular o vínculo entre a mãe e o seu bebê¹⁹.

Destaca-se ainda a assistência do enfermeiro na estratégia e apoio emocional que demonstra importante ação em busca dos melhores resultados na prática da amamentação. A equipe de enfermagem é de suma importância para a promoção e apoio ao aleitamento materno junto à parturiente, proporcionando acolhimento para que a mesma consiga obter sucesso durante a amamentação de seu filho. A utilização de uma linguagem não verbal pelo enfermeiro deve fazer parte de sua atuação, orientando ao manejo clínico da amamentação, observando que o apoio emocional representa uma importante estratégia para a construção do sucesso do aleitamento materno⁵.

Os enfermeiros precisam estar cientes quanto a sua importância no cuidado e educação, atuando com interesse, responsabilidade e compromisso conforme as diretrizes do exercício profissional. Identificar os obstáculos e dificuldades enfrentadas pela mãe durante essa etapa, constitui um dos principais atributos na parte do manejo clínico na amamentação, onde o enfermeiro deve realizar orientações sobre as vantagens e a importância do aleitamento materno em livre demanda, tipos de mamilos que podem ser normais, planos ou invertidos, interferindo diretamente no ato de amamentar, abordar sobre a pega e posição correta do bebê, da frequência das mamadas, ordenha manual e todas as demais dificuldades que o profissional venha a presenciar⁵.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando todos os fatores que envolvem o aleitamento materno, cabe citar a im-

portância dos profissionais de enfermagem para o sucesso desta etapa, por isso é fundamental que eles recebam treinamentos e capacitações frequentes, de maneira a estarem sempre atualizados, para que possam prestar as orientações corretas e adequadas a puérpera e seus entes queridos.

O suporte e as orientações fornecidas pelos profissionais de saúde às gestantes, em relação ao aleitamento materno, são de grande importância e devem ocorrer desde o pré-natal, seja através de orientações coletivas ou individualizadas. Vale ressaltar que se deve-se incluir pessoas com vínculo a mulher, para

também receber essas orientações, sendo assim, um elo de incentivo e apoio nos momentos de dificuldades é fundamental.

O aconselhamento qualificado sobre o aleitamento materno, o acesso as orientações corretas e a desmistificação dos tabus que cercam a amamentação podem tornar o período de amamentar mais duradouro e prazeroso. Assim, ressalta-se a importância da realização do pré-natal como estratégia indispensável para a gestante receber orientações seguras e confiáveis em relação à amamentação, reforçando ainda como sendo fundamental a continuidade da assistência

nos ciclos posteriores ao parto.

Por isso vale seguir os cuidados apresentados neste estudo, que são recomendados pelo ministério da saúde a respeito dos principais problemas ocorridos durante a amamentação.

Independente da situação, destaco que a mulher precisa e deve receber todo o apoio necessário da família, da sua rede de amigos e dos profissionais de saúde para obter sucesso e realização pessoal no processo do aleitamento materno.

REFERÊNCIAS

1. Ferreira, MA. et al. Conhecimento de mães sobre os cuidados com crianças menores de 1 ano. *Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde*, Uberaba, MG, v. 4, n. 1, p. 16-27, 2015.
2. Andrade, RD. et al. Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 181-186, 2015.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 371, de 7 de maio de 2014. Institui diretrizes para a organização da atenção integral e humanizada ao recém-nascido (RN) no Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília: Diário Oficial da União; 2018.
4. Cunha EC, Siqueira HCH. Aleitamento Materno: Contribuições da Enfermagem Ensaios. *Cienc. Biol. Agrar. Saúde*, v.20, n.2, p. 86-92, 2016.
5. Costa RSL. Dificuldades encontradas pelas mães ao amamentar em uma Unidade de Referência em Atenção Primária. *Ciência em Foco*. 2017; 1(1): 48-63.
6. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Saúde da criança: nutrição infantil; aleitamento materno e alimentação complementar*. Brasília, DF, 2009. 112 p. (Caderno de Atenção Básica, 23).
7. Moura LP, Oliveira JM, Noronha DD. Percepção de mães cadastradas em uma estratégia saúde da família sobre aleitamento materno exclusivo. *Rev enferm UFPE on line*. Recife, 11(Supl. 3):1403-9, mar., 2017.
8. Giordani RCF, Bezerra I, Almeida CCB. Maternidade e amamentação: identidade, corpo e gênero. *Cien Saude Colet*; 23(8): 2731-2739, 2018 ago.
9. Simões, IAR et al. Influência dos mitos e das crenças nas nutrizes quanto amamentação em uma cidade do vale do Paraíba. *Revista Ciências em Saúde*, Itajubá, MG, v. 5, n. 3, 2015.
10. Leal, AB et al. Perfil do aleitamento materno exclusivo e fatores determinantes do desmame precoce em município do semi-árido da Região Nordeste. *Rev. Bras. Pesq. Saúde. Vitória*, 16(3): 84-91, jul-set, 2014.
11. Oliveira, TR. Dificuldade no Aleitamento Materno nos primeiros dias de vida do recém-nascido. Repositório digital – Lume UFRGS, Porto Alegre, 2020.
12. Ercole FF, Melo LS, Alcoforado, CLGC. Revisão Integrativa versus revisão sistemática. *Rev Min Enferm*. 2014 Jan-Mar; 18(1): 1-26.
13. Cirico MOV, Shimoda GT, Oliveira, RING. Qualidade assistencial em aleitamento materno: implantação de indicador de trauma mamilar. *Revista Gaúcha de enfermagem*, 2016; 37 (4); 1 – 8.
14. Gões, FGB. et al. Boas práticas no cuidado ao recém-nascido com boa vitalidade na sala de parto: revisão integrativa. *Revista online de pesquisa*, 2021 jan/dez; 13:899-906.
15. Urbanetto PDG, Gomes GC, Costa AR. et al. Facilidades e dificuldades encontradas pelas puérperas para amamentar. *Rev Fund Care Online*. 2018 abr/jun; 10(2):399-405.
16. Andrade, LFSV. Conhecimentos e dificuldades das mães face à amamentação. *Andrade, Laurentina de Fátima Vaqueiro da Silva. Víseu*; s.n; 20160000. 153 p.
17. Sales C, Castanha, A, Aléssio R. Aleitamento materno: representações sociais de mães em um Distrito Sanitário da cidade do Recife. *Arq bras psicol*. 2017; 69(1):184-199.
18. Maciel, LP. et al. Transtorno mental no puerpério: riscos e mecanismos de enfrentamento para a promoção da saúde. *Rev Fun Care Online*. 2019 jul/set; 11(4):1096- 1102.
19. Viana MDZ, Donaduzzi DSS, Rosa, AB. et al. Estratégias e ações do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno: revisão integrativa. *Rev Fun Care Online*. 2021. jan./dez.; 13:1199-1204.
20. Costa EFG, Alves VH, Souza RMP. et al. Atuação do enfermeiro no manejo clínico da amamentação: estratégias para o aleitamento materno. *Rev Fund Care Online*. 2018 jan./mar.; 10(1):217-223. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2018.v10i1.217, 223>.
21. Dias EG. et al. Estratégias de promoção do aleitamento materno e fatores associados ao desmame precoce. *J Health NPEPS*. 2022; 7(1):e6109.
22. Bicalho CV. et al. Dificuldade no aleitamento materno exclusivo no alojamento conjunto: revisão integrativa. *Audiol., Commun. res*; 26: e2471, 2021.
23. Moraes, EPAM. et al. Avaliação do diagnóstico de enfermagem amamentação ineficaz em puérperas. *Rev. cuba. enferm*; 36(1): e3112, tab. 2020.
24. Pitilin, ÉB. et al. Fatores associados à autoeficácia da amamentação segundo os tipos de mamilos. *Rev Rene (Online)*, 20: e41351, 2019. tab.
25. Oliveira AKP. et al. Práticas e crenças populares associadas ao desmame precoce. *Avances en enfermería*; 35(3): 303-312, sep.-dic. 2018.
26. Barbosa GEF. et al. Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas. *Rev Paul Pediatr* 35(3): 265-272, 2017.