

## **A ARTE DO AMAMENTAR: AÇÕES EDUCATIVAS COM GESTANTES E PUÉRPERAS SOBRE O ALEITAMENTO MATERNO E SUA IMPORTANCIA.**

Larissa Gonçalves Da Costa<sup>1</sup>  
Maria Gabrielle Maciel Do Nascimento<sup>2</sup>  
Thaimara Sousa Freitas<sup>3</sup>  
Jamilé Magalhães Ferreira<sup>4</sup>

### **RESUMO**

A atividade de extensão foi proposta devido a necessidade de apresentar para as gestantes e puérperas os benefícios oriundos da amamentação para a saúde do seu filho nos quesitos nutricionais, psicológicos, gastrointestinais, imunológicos e o fortalecimento do binômio mãe-filho (a). Este trabalho tem como meta incentivar e empoderar as mães sobre o aleitamento materno, pois o mesmo é essencial para o bom desenvolvimento de seu filho, deixando-as conscientes dos benefícios da amamentação. Todas as informações que são apresentadas à estas mulheres são baseadas em fundamentações científicas, onde são esclarecidas dúvidas, desmistificando alguns mitos e crenças. Para tanto, idealizou-se a realização de rodas de conversa com as gestantes e puérperas, que fazem pré-natal e acompanhamento no Centro de Saúde de Acarape-CE, assim como oficinas demonstrativas para ensiná-las como amamentar corretamente. As ações estavam previstas para ocorrer quinzenalmente na unidade de saúde em questão, com o apoio das enfermeiras do local, que se colocaram à disposição em contato prévio, para a realização efetiva do projeto. As temáticas abordadas variam de acordo com as necessidades do público alvo, porém as iniciais foram pré-determinadas. Entretanto, com o advento da pandemia do coronavírus, não foi possível ir para o Centro de Saúde de Acarape -CE, tendo o projeto que ser adequado ao momento que estamos vivenciando.

**Palavras-chave:** amamentação puérperas gestantes .

---

UNILAB, ICS, Discente, larigoncalvesdacosta@gmail.com<sup>1</sup>  
UNILAB, ICS, Discente, gabrielle15maciel@gmail.com<sup>2</sup>  
UNILAB, ICS, Discente, thaimara.sousa10@gmail.com<sup>3</sup>  
UNILAB, ICS, Docente, jamilemagalhaes@unilab.edu.br<sup>4</sup>



## INTRODUÇÃO

O leite materno deve ser o primeiro alimento ofertado ao recém-nascido, pois ele contribui para o crescimento e desenvolvimento da criança e apresenta vantagens imunológicas, psicológicas e nutricionais (SANTANA, BRITO, SANTOS, 2013). Apesar de todas as evidências científicas provando a superioridade da amamentação sobre outras formas de alimentar a criança pequena, e apesar dos esforços de diversos organismos nacionais e internacionais, as taxas de aleitamento materno no Brasil, em especial as de amamentação exclusiva, estão bastante aquém do recomendado (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

A lactação é considerada uma prática fundamental para promoção, proteção e apoio à saúde de crianças, sendo esta recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo Ministério da Saúde (MS) às crianças durante os primeiros seis meses de vida de modo exclusivo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

Assim, a interrupção precoce do aleitamento materno segue sendo no Brasil um dos mais importantes problemas de saúde pública, apontando a necessidade de um constante processo de monitoramento dos indicadores, busca de determinantes modificáveis, delineamento de intervenções e novas pesquisas (PARIZOTO et. al., 2009).

Dentre os principais motivos de descontinuação do aleitamento materno, tem-se as crenças e mitos criados sobre essa prática, como por exemplo a crença do “leite fraco” que consolidou-se socialmente, sendo um valor cultural aceito e repassado entre várias gerações. Observa-se que os mitos e as crenças relacionados à lactação fazem parte do nosso cotidiano há muitos séculos. Eles constroem o significado do ato de aleitar para a mulher por meio da herança sociocultural adquirida através da vivência dessa mulher em sociedade – transmissão de valores por pessoas próximas ou mesmo pela observação de mulheres que estão passando por essa mesma situação (MARQUES, COTTA, PRIORI, 2011).

Diante desse cenário, observa-se que o intuito dessa atividade de extensão, encontra em, pelo menos, dois dos Objetivos de Desenvolvimento do Milênio que foram estabelecidos pelos países membros da Organização das Nações Unidas (ONU) no ano 2000 (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009). Dentre esses objetivos listados pela ONU, destaca-se a redução da mortalidade infantil que está fortemente correlacionada com a atividade de extensão proposta.

A proposta deste projeto de extensão tem como base o fornecimento de informações sobre as vantagens do aleitamento materno (nos primeiros 2 anos de vida, bem como o exclusivo durante os primeiros 6 meses) juntamente com a elucidação de costumes e mitos passados de geração em geração pelas famílias, através de rodas de conversa e oficinas, o que permitiria o maior contato com as mães e fornece-las, desta forma, maior segurança.

## METODOLOGIA

O projeto estava organizado para acontecer na Unidade de Atenção Primária à Saúde localizada no município de Acarape-CE, com gestantes e puérperas que estejam fazendo acompanhamento na unidade. As mesmas seriam inicialmente abordadas e a finalidade do estudo apresentada. Caso houvesse concordância na participação, elas deveriam preencher o questionário para a coleta dos dados sócio demográficos bem como assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que as informaria dos riscos e benefícios das ações a serem implementadas, além de deixar claro que elas poderiam abandonar o estudo no momento que desejarem.



As ações ocorreriam quinzenalmente com as gestantes e puérperas na própria unidade de saúde e teriam duração de 30- 60 minutos, onde os bolsistas realizariam rodas de conversa, oficinas, debates e esclarecimento de dúvidas. As temáticas seriam abordadas para que desmitificassem informações para as gestantes, assim como seria investigado as principais inseguranças maternas e suas possíveis fontes de abandono futuro da prática. Os materiais que seriam utilizados iriam variar de acordo com a ação proposta na data de encontro, sendo utilizado cartazes, folders, bonecos, moldes de mama confeccionados pelos alunos, dentre outros.

Tendo em vista a pandemia pelo coronavírus, foi necessário fazer ajustes na condução da ação de extensão. Como não se tinha ideia de quanto tempo duraria a pandemia, continuou-se a trabalhar pensando nas rodas de conversa. Foram adquiridas mamas feitas de crochê e formulários para obtenção de dados foram confeccionados, bem como pesquisou-se sobre o tema. No entanto, no final do mês de abril avaliou-se a possibilidade de continuar a disseminação da temática de forma remota e, assim, foi criado um perfil no Instagram denominado “A arte do ama(r)mentar” - @artedoamarmentar, construído pelas alunas envolvidas no projeto. A primeira publicação ocorreu no dia 13 de maio de 2020 e o objetivo foi divulgar, pelo menos, uma postagem sobre a temática quinzenalmente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A disseminação de informações sobre o tema amamentação ocorreu remotamente, através da plataforma online e rede social virtual Instagram. Inicialmente as bolsistas fizeram estudos e aperfeiçoamentos da nova realidade do projeto. Foram realizadas pesquisas em artigos e publicações do Ministério da Saúde sobre o tema COVID-19 e a amamentação, para poder orientar melhor as gestantes e puérperas nesse período.

As publicações foram realizadas no perfil do Instagram, que tem como nome “A arte do ama(r)mentar”, seguindo os temas propostos no projeto, tais como a orientação sobre o posicionamento do bebê e pega correta, orientação para retirada e acondicionamento do leite, entre outros. Outros temas que não estavam no planejamento foram abordados, como por exemplo a importância da doação de leite durante a pandemia, COVID-19 e a amamentação, sempre de acordo com os manuais atualizados disponibilizados pelo Ministério da Saúde com o intuito de dar maior suporte as gestantes e puérperas nesse novo contexto mundial.

Contudo, a adesão do público alvo não foi deveras efetiva, pois não há muitos perfis de gestantes e puérperas seguindo o perfil do projeto na rede social, assim como a dificuldade de encontrar esses perfis online. Apesar disso, as publicações têm alcançado um público considerável como mostram as estatísticas apresentadas pela página (Figura 1).



Figura 1: Quantidade de seguidores do perfil @artedoamarmentar.

Destaca-se que as faixas etárias que mais acessaram o perfil foram entre 18-24 anos e 25-34 anos, assim como o gênero que não era somente feminino, mostrando que o assunto também é de interesse masculino (Figura 2 e 3). Esse resultado pode ter sido visualizado pois são faixas etárias nas quais as mulheres normalmente vivenciam a maternidade. Resultado semelhante foi encontrado por Nóbrega et al. 2019, em um estudo envolvendo o tema amamentação em redes sociais que evidenciou a maioria dos participantes na faixa etária entre 23-30 anos.





Figura 2: Percentual de seguidores do perfil @artedoamarmentar, de acordo com faixa etária.



Figura 3: Percentual de seguidores do perfil @artedoamarmentar, de acordo com gênero.

Pode-se observar que a maior parcela do público atingido pelas publicações é da cidade de Fortaleza (Figura 4) e não de Acarape, como era inicialmente proposto pelo projeto. Tal fato pode ter ocorrido pelo acesso à internet mais facilitado na capital do que nas cidades do interior. Apesar dos resultados diferirem dos esperados inicialmente, há a interação de algumas gestantes e puérperas, onde as mesmas seguem a página e curtem as publicações.



Figura 4: Percentual de seguidores do perfil @artedoamarmentar, de acordo com a localização.

## CONCLUSÕES

Devido a mudança na aplicabilidade do projeto enfrentou-se várias dificuldades, tais como a adesão do público alvo ao perfil do projeto na rede social (Instagram), localizar o perfil das grávidas e puérperas no Instagram, a interação do público também é escassa; que pode ser associada com necessidade que as mulheres sentem de pesquisar mais sobre o tema, se o conteúdo postado é agradável visualmente, sua dinamicidade e a frequência de postagens do perfil.

Outras dificuldades encontradas foram relacionadas a utilização das ferramentas e aplicativos de criação de designs para os posts do projeto, pois não eram de uso habitual das bolsistas, bem como realizar as publicações de forma que prendessem e despertassem a atenção do público alvo.

Em vista disso conclui-se que apesar do perfil trazer muitas informações de formas divertidas e de fácil compreensão, o método presencial seria mais efetivo no alcance do público alvo inicial proposto pelo projeto.

## AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer à UNILAB e a orientadora deste projeto, Professora Jamile Magalhães pela paciência, atenção, instrução e dedicação para com as bolsistas, além de sempre nos tratar com muito amor e carinho. As minhas colegas de projeto Maria Gabrielle e Thaimara Sousa, por serem sempre criativas e animadas, mesmo quando parecia que nada ia dar certo. A Bárbara Rodrigues, acadêmica de enfermagem da UNILAB, pela assistência e suporte dado quando estávamos no início do projeto e principalmente a minha família por sempre estar ao meu lado me incentivando e apoiando.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n° 1920, de 5 de setembro de 2013, institui a Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde (SUS) - Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, 2013.



BRASIL. Resolução CNS nº 466, de 12 de Dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União, Brasília, n. 12, p. 59, Seção 1, 13 jun. 2012.

MARQUES, E.S.; COTTA, R.M.M.; PRIORE, S.E. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. Ciência & Saúde Coletiva, 16(5):2461-2468, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Cadernos de Atenção Básica. Saúde da Criança: nutrição infantil. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. Brasília-DF, 2009.

NÓBREGA, V.C.F. et.al. As redes sociais de apoio para o aleitamento materno: uma pesquisa em ação. Saúde Debate. Rio de Janeiro, V. 43, N. 121, p. 429-440, 2019

PARIZOTO, G.M.; PARADA, C.M.G.L.; VEN NCIO, S.I.; CARVALHAES, M.A.B.L. Tendência e determinantes do aleitamento materno exclusivo em crianças menores de 6 meses. Jornal de Pediatria - Vol. 85, Nº 3, 2009.

SANTANA, J.M.; BRITO, S.M.; SANTOS, D.B. Amamentação: conhecimento e prática de gestantes. O Mundo da Saúde, São Paulo, 37(3):259-267, 2013.

