



## DESAFIOS E ESTRATÉGIAS PARA A MANUTENÇÃO DA AMAMENTAÇÃO APÓS O RETORNO AO TRABALHO: UMA REVISÃO

Queiroz, Rebeca De Lima<sup>1</sup>

Lima, Nathalia Diórgenes Ferreira<sup>2</sup>

Pinheiro, Genesia Neuriane Alves<sup>3</sup>

Lucas, Iara Nayane De Araújo<sup>4</sup>

De Sabino, Leidiane Minervina Moraes<sup>5</sup>

### RESUMO

O aleitamento materno é uma das estratégias principais para prevenção de óbitos infantis; oferecendo uma nutrição adequada e específica à necessidade de cada criança. Para além dos benefícios nutricionais, também cria um vínculo profundo entre a mãe e o bebê, também oferecendo benefícios à saúde materna - seja física ou emocional. É preconizado pela Organização Mundial da Saúde que o aleitamento materno seja exclusivo pelos primeiros seis meses de vida da criança e complementado até os dois anos de idade. Contudo, o direito à licença maternidade dado por algumas empresas é de apenas 120 dias, impossibilitando, em algumas realidades, que esse período de aleitamento exclusivo seja realizado. Assim, é importante compreender melhor o contexto vivenciado por mães durante a amamentação. Tem-se como objetivo uma análise dos desafios e estratégias para a continuidade da amamentação no retorno ao trabalho das mães. Trata-se de um estudo descritivo, de caráter qualitativo, do tipo revisão de literatura. A busca foi realizada nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, considerando publicações dos últimos 5 anos, disponíveis em português. Para nortear a pesquisa, foram utilizados os descritores: amamentação, estratégia e trabalho. Foram incluídos artigos que abordassem diretamente o tema proposto e excluíram-se artigos duplicados e sem relevância com o tema. A revisão de literatura evidenciou que o retorno ao trabalho das mães é um dos principais fatores que aumentam as ocorrências do desmame precoce, e que, além disso, há diversas barreiras que são notórias, como a grande demanda de carga horária, a ausência de locais adequados para a retirada e armazenamento do leite e, principalmente, a ausência de políticas públicas adequadas e eficazes para a proteção à maternidade. Neste viés, a sobrecarga materna para conciliação de múltiplos papéis - mãe, trabalhadora e às vezes, cuidadora do lar -, repercute diretamente no bem estar da mãe, uma vez que o estresse e o cansaço podem ser prejudiciais na produção de leite. Dessa maneira, essa realidade ressalta e reforça a necessidade e importância de políticas públicas que busquem a equidade e que objetivem condições dignas para todas as trabalhadoras. Nesse sentido, destaca-se que os direitos das mães devem ser garantidos nos seus ambientes laborais, sendo direito da mulher que amamenta, até o sexto mês, dois períodos de descanso de 30 minutos para amamentar, e mediante um atestado médico, essas pausas podem ser estendidas depois dos 6 meses. Consoante a isso, para ajudar no processo de amamentação, algumas empresas oferecem a essas mulheres uma sala de apoio com o fim de proteger a integridade da mulher, oferecer um espaço confortável e adequado para retirada e estocagem do leite materno. Portanto, conclui-se que os resultados dessa revisão convergem na essencialidade da integração entre as políticas públicas e melhoria da qualidade de trabalho, para que assim, ocorra a manutenção da amamentação após o retorno às atividades de trabalho e as estratégias coletivas e estruturais são indispensáveis para garantir que a mulher possa exercer seu direito de cuidar do seu filho e de manter sua vida profissional.

**Palavras-chave:** amamentação; trabalho; diretos.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, ICS, Discente, rebeca@aluno.unilab.edu<sup>1</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, ICS, Docente, nathaliadiorgenes@unilab.edu.br<sup>2</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, ICS, Discente, genesiaalvesneuriane@aluno.unilab.edu.br<sup>3</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, ICS, Discente, diaranayane@gmail.com<sup>4</sup>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, ICS, Docente, leidiane.sabino@unilab.edu.br<sup>5</sup>