

VANTAGENS DO ALEITAMENTO NATURAL PARA A SAÚDE DA MULHER E DO RECEM - NASCIDO

Área de concentração: Enfermagem Assistencial

Karla Augusta Ramalho Leite Dantas¹; Almiraneide Dantas de Azevedo²; Gilberlândia Marinho Alves³; Josefa Pereira⁴; Maria Clidineide da Silva Carlos⁵; Cristina Costa Melquiades Barreto⁶

¹ Acadêmica de Enfermagem, karladantas.dantas@gmail.com

² Acadêmica de Enfermagem, nildinhadantas@gmail.com

³ Acadêmica de Enfermagem, gilberlandiamarinho@outlook.com

⁴ Acadêmica de Enfermagem, tyane_igaracy@hotmail.com

⁵ Acadêmica de Enfermagem, clidineide@hotmail.com

⁶ Docente da Faculdades Integrada de Patos, cristinacmelquiades@gmail.com

INTRODUÇÃO: Amamentar é um ato natural e constitui a melhor forma de alimentar, proteger e amar o recém-nascido. Com o início da produção, o leite materno é distribuído em três tipos: colostro, leite de transição e leite maduro. O primeiro se caracteriza por ser rico em eletrólitos, proteínas, vitaminas, IgA e apresenta baixo teor de gordura e lactose, é secretado logo nos primeiros dias pós-parto. O puerpério é um momento especial, mais conhecido como período de resguardo, pós-parto ou quarentena, dura cerca de 40 dias e possui grande significado cultural, neste período se aplicam algumas regras para a alimentação, como o início precoce do aleitamento natural (MUNIZ, 2010). O aleitamento é um processo fisiológico, natural, mas que precisa ser aprendido e baseado nesse entendimento deve ser iniciado de forma precoce, de preferência na primeira hora após o parto, sobre livre demanda e estimulando o contato pele a pele, que irá produzir melhor interação mãe-bebê, um eficaz controle da temperatura do recém-nascido, níveis mais altos de glicose e diminuição do choro. O leite humano é indicado como forma preferida de nutrição para todos os lactentes, além do vínculo, o envolvimento dos familiares e do pai, proporciona segurança sentimentos de realização e satisfação, estímulos no seu desenvolvimento cognitivo, sendo indicado até um ano de idade. Além de contribuir para uma das etapas mais importantes no processo reprodutivo da mulher, sua prática oferece benefícios tanto para a mãe como para recém-nascidos, além de ser ecologicamente correto, já que não é gerado gasto com o seu preparo. O lactente aninhado em contato direto com a mãe pode ouvir seu ritmo cardíaco e sentir o calor do seu corpo, mas para que isso ocorra à mulher precisa estar inserida em um ambiente favorável à amamentação e contar com o apoio de um profissional habilitado a ajudá-la, quando necessário (HOCKENBERRY, 2011). O profissional deve esclarecer a mãe que amamentar irá contribuir para sua saúde, protegendo contra o câncer de mama e de ovário, ampliando o espaçamento entre os partos. Por isso, o profissional de saúde deverá ter conhecimentos e habilidades suficientes para manejar adequadamente as inúmeras situações que podem servir de obstáculo à amamentação bem-sucedida, como as possíveis dúvidas. (MARTINS, 2013). A importância do cuidado de enfermagem, bem como, do processo educativo fornece subsídios à mulher para obter autonomia em sua saúde, por meio do autocuidado e segurança no cuidado com o recém-nascido o que favorece a adaptação à nova dinâmica familiar. O presente trabalho visa mostrar as vantagens do aleitamento natural para a saúde da mulher e do recém – nascido.

MATERIAIS E MÉTODOS: Trata-se de uma revisão literária com abordagem descritiva, realizada a partir da busca em artigos indexados no Google Acadêmico. Foram selecionados seis artigos para a análise e construção deste trabalho que ocorreram no período de fevereiro a março de 2017. Como critérios de inclusão foram adotados os artigos datados entre os anos de 2010 a 2017, escritos em língua portuguesa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Os artigos analisados abordam de forma ampla as vantagens que o aleitamento natural proporciona à saúde de um modo geral. A partir de resultados descritos em estudos evidenciou-se que tal ato não beneficia somente a mulher ou a criança, mas o binômio de forma única e positiva. Conhecimentos corretos sobre aspectos relevantes do aleitamento natural contribuem para o sucesso desse processo, porém não determinam que a amamentação seja realizada com eficácia. Logo, aponta-se a necessidade de programas educativos consistentes e uma assistência integral a mulher, que contemple o ciclo gravídico-puerperal, além de um cuidado global à saúde da criança. O enfermeiro tem um papel fundamental, esclarecendo e orientando que com o aleitamento é possível prevenir doenças como o câncer de mama e certos tipos de câncer ovarianos, contribuir para involução uterina mais rápida provocada pela maior liberação de ocitocina, diminuir os sangramentos pós-parto (consequentemente a incidência de anemia), favorecer o retorno do peso pré-gestacional mais precocemente (MARTINS, 2013). Por outro lado o enfermeiro também deve argumentar que as despesas da família aumentam, com a chegada de uma criança, podendo ser reduzidas se a mãe alimentar a criança ao seio, evitando introduzir precocemente outros tipos de alimentos (MUNIZ, 2010). Além de que, é claro, o aleitamento natural colabora com a imunização infantil, promoção de saúde, prevenção de doenças na primeira infância e diminuição da mortalidade infantil, especialmente nos países pobres ou em desenvolvimento. A revisão dos artigos esclareceu que um simples ato como organizar programas de educação em saúde, durante o pré-natal, ajuda na preparação da gestante para o aleitamento, para que no pós-parto o processo de adaptação da puérpera ao aleitamento seja facilitado e que ela possa vivenciar esse momento prazeroso tanto para ela como para seu filho.

CONCLUSÕES: Há evidências científicas que mostram que os benefícios da amamentação para a saúde da mulher são muito importantes, confirmando-se o menor risco de câncer de mama e ovário. Portanto, para que a prática do aleitamento natural tenha sucesso, é indispensável o apoio do enfermeiro para atuar na promoção, proteção e estímulo ao aleitamento natural em vários momentos de saúde, auxiliando e cuidando das mães e crianças. O enfermeiro deve criar um vínculo de confiança com a mãe e seus familiares, permitindo uma escuta ativa, estar sempre disposto a esclarecer dúvidas relacionadas ao aleitamento, como por exemplo, o manejo, a prevenção de complicações, as dificuldades e crenças e principalmente reforçar a importância do aleitamento natural exclusivo para a saúde da mulher e para a saúde do bebê.

Palavras-Chave: Amamentação, leite materno, saúde da mulher.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Hockenberry, M. J. **WONG, Fundamentos de Enfermagem em Pediatria.** tradução de Maria Inês Correa Nascimento. 8 ed. Rio de Janeiro: Editora ABDR, 2011.
2. ALBUQUERQUE, C.M. et al. Fatores que interferem no Aleitamento Materno. **Rev. Rene.** Fortaleza, v. 10, n. 3, p. 61-67, jul./set.2010. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/saude/article/viewFile/763/443>. Acesso em :03 de março de 2017.
3. REA, M. F. Os benefícios da amamentação para a saúde da mulher. **J Pediatra** (Rio J). 2004;V:80,nº5:p142-p146.2013.Artigo de revisão. Disponível em: <ibfan.org.br/documentos/outras/nov%202004%20rea.pdf>. Acesso em: 28 de março de 2017.

4. CARVALHO, Janaina Keren Martins. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. **e-Scientia**, Belo Horizonte-MG.V. 4, N 2, p. 11-20. (2011). Editora UniBH. Disponível em: < www.unibh.br/revistas/escientia/. Acesso em: 28 de março de 2017.
5. GARCIA, E. S. G. F, LEITE, E. P. R. C, NOGUEIRA, D. A. Assistência de enfermagem às puérperas em unidades de atenção primária. **Rev.enfer UFPE on line.**, Recife, V. 7, n. 10 ; p:5923-8,out.,2013.Disponível em: < www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/download.Acesso em : 29 de março de 2017.
6. LELIS, D. L. S. C. Aleitamento Materno exclusivo à criança até os seis meses de idade: avanços e desafios. Universidade Federal de Minas Gerais. **Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva**. Conselheiro Lafaiete, 2012.

