

RODA DE CONVERSA SOBRE ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: UM RELATO DE EXPERIENCIA

1 Dayane Madalena Lima Romão; 2 Eduarda Maciel de Araujo; 3 Nathanael de Souza Maciel.

1 Graduando em enfermagem pela Universidade da Integração Internacional e Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB; 2 Graduando em enfermagem pela Universidade da Integração Internacional e Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB; 3 Pós-graduando em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual do Ceará- UECE;

Área temática: Inovações em Ensino e Educação em Saúde

Modalidade: Comunicação Oral

E-mail do autor: madalenaromao.unilab@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Organização Mundial da Saúde, em concordância com Ministério da Saúde, apresenta o aleitamento materno como uma recomendação até os dois anos de idade. **OBJETIVO:** Este estudo objetiva relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem acerca de uma ação educativa sobre a amamentação exclusiva. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência acerca da realização de uma ação de educação em saúde, voltada às mulheres em período gestacional, a qual utilizou a estratégia de roda de conversa para abordagem da temática de aleitamento materno com enfoque para amamentação exclusiva e armazenamento do leite materno. A ação foi desenvolvida no período de setembro de 2022, em uma Unidade Básica de Saúde localizada no interior do Estado do Ceará, com um público-alvo composto por gestantes, independente do trimestre, e os acompanhantes presentes. **RESULTADOS:** A escolha da estratégia permitiu a discussão da temática de maneira espontânea e descomplicada, deixando as participantes à vontade para interagir. **CONCLUSÃO:** O desenvolvimento de atividades como esta, além de contribuir para a formação de novos profissionais, beneficia também a população em geral, uma vez que oferta conhecimento científico de forma acessível e garante a participação ativa dos pacientes, consequentemente melhorando a assistência em saúde.

Palavras-chave: Aleitamento Materno, Educação em Saúde, Enfermagem.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde, em concordância com o Ministério da Saúde, apresenta o aleitamento materno como uma recomendação até os dois anos de idade. Nesse contexto, os seis primeiros meses de vida do bebê devem compreender a amamentação de forma exclusiva, uma vez que não existe vantagem na introdução de outro tipo de alimento durante esse período, mas sim o oposto, visto que podem favorecer o risco de desenvolvimento de inúmeras patologias (BRASIL, 2015).

É interessante frisar que o aleitamento materno possui inúmeros benefícios, desde a melhora na qualidade de vida do bebê, diminuindo problemas gastrointestinais e alergias alimentares, diminuição do índice de doenças respiratórias, até o fortalecimento do vínculo entre mãe e filho, uma vez que o processo os deixa mais próximos (SANTOS, *et al.* 2022).

O aleitamento promove também diversas vantagens para a mãe, tais como a involução uterina, diminuição do sangramento transvaginal pós-parto, o retorno ao peso pré-gestacional e diminuição do risco de cânceres relacionados a fatores hormonais. Dessa forma, o estímulo à amamentação é imprescindível para a promoção da saúde em puérperas (LIMA, 2022).

Dessa maneira, cabe aos profissionais de saúde, especificamente a Enfermagem, enquanto educadores, realizar ações compreendendo a individualidade de cada mulher nesse processo, a fim de reduzir as interferências negativas durante o período de amamentação exclusiva (SANTOS *et al.*, 2022). Diante desse cenário, surgiu a necessidade do desenvolvimento de atividades voltadas a tal temática com a finalidade de fornecer um suporte a essas mulheres durante o período de amamentação. Assim, este estudo objetiva relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem acerca de uma ação educativa sobre a amamentação exclusiva.

2 MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência acerca da realização de uma ação de educação em saúde, voltada às mulheres em período gestacional, a qual utilizou a estratégia de roda de conversa para

abordagem da temática do aleitamento materno com enfoque para amamentação exclusiva e armazenamento do leite materno. A ação foi desenvolvida no período de setembro de 2022, em uma Unidade Básica de Saúde localizada no interior do Estado do Ceará, com um público-alvo composto por gestantes, independente do trimestre, e os acompanhantes presentes.

A atividade foi realizada na sala de espera, durante o momento em que as pacientes e seus acompanhantes aguardavam suas consultas de pré-natal. Dessa forma, a ação foi idealizada e executada por acadêmicas de Enfermagem, com base em um roteiro previamente elaborado pela equipe, para nortear as informações e tópicos a serem discutidos durante a roda de conversa, de modo que os assuntos fossem trabalhados seguindo uma organização lógica sem desviar do foco principal.

O roteiro contou com seis tópicos, sendo eles: 1) Benefícios da amamentação para a mãe e bebê; 2) Técnica correta para amamentar; 3) Orientações quanto aos sinais de pega correta; 4) Orientações gerais, incluindo colostro, prevenção e cuidados com fissuras, esvaziamento completo e oferecimento de ambas as mamas; 5) Ordenha de alívio; 6) Retirada e armazenamento adequado do leite materno. Vale ressaltar que todos os tópicos foram elaborados e discutidos de acordo com a literatura científica.

A escolha da estratégia permitiu uma discussão fluida e descontraída, como um meio de incentivar a participação do público-alvo e estabelecer um vínculo de confiança, proporcionando aos participantes, liberdade e conforto para o compartilhamento de eventuais dúvidas. Durante a discussão das temáticas propostas, as participantes ficaram livres para compartilhar suas dúvidas, experiências, posicionamentos e trabalhar tais questões com o grupo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação de educação em saúde obteve um quantitativo de cinco participantes, sendo que quatro eram mulheres em diferentes idades gestacionais, variando entre o primeiro e terceiro trimestre, e uma participante de sexo feminino, não gestante, classificada como acompanhante.

A escolha da estratégia permitiu a discussão da temática de maneira espontânea e descomplicada, deixando as participantes à vontade para interagir. Uma vez que a atividade permitiu o estabelecimento de um vínculo entre a acadêmica mediadora e as participantes, consequentemente favorecendo a construção de um espaço de troca de experiências e aprendizado. Em conformidade

com Santos *et al.* (2022), os quais apontam tal conhecimento e instruções acerca da amamentação, tanto durante a gestação quanto no puerpério, como necessário para garantir que essas mulheres sintam-se aptas para execução de tal prática de modo eficaz.

As temáticas trabalhadas na ação juntamente a estratégia de roda de conversa, que apresentou-se como um facilitador da atividade de educação em saúde, proporcionaram as participantes um ambiente de livre comunicação, no qual estas discutiram os temas junto a mediadora da roda de conversa, bem como expuseram suas dúvidas. Dentre elas pode-se destacar: dúvidas a respeito da alimentação e suplementação da gestante/puérpera; bem-estar, em relação ao sono e enjôos; cuidado com as mamas e uso de pomadas; uso de mamadeira; início da introdução alimentar; e oferta de chás ao bebê.

Nesse sentido, Sarmiento *et al.* (2020), aponta as ações de educação em saúde como uma estratégia valiosa para o alcance da população e repasse de informações e conhecimento indispensável de maneira compreensível, visando uma melhoria na assistência prestada. Desse modo, a educação em saúde é uma ferramenta essencial para a formação e atuação dos profissionais de saúde.

A realização da educação em saúde durante o momento de espera das pacientes por suas consultas apresentou-se como um desafio para a realização plena da atividade, dado que após a finalização de suas consultas as pacientes retornavam às suas residências. Assim, considerou-se o fluxo de atendimento a fim administrar o tempo disponível da melhor maneira possível, tornando a conversa mais dinâmica e direcionada. Tal gestão foi essencial para a execução da ação de maneira produtiva e principalmente interativa com as participantes.

4 CONCLUSÃO

A ação de educação em saúde acerca do aleitamento materno com enfoque para amamentação exclusiva e armazenamento do leite materno, desenvolvida a nível de Atenção Primária à Saúde, acrescentou positivamente na formação de futuros enfermeiros, visto que é competência da Enfermagem a realização de tais atividades. Além de proporcionar aos acadêmicos o contato direto com a população, suas demandas e carências.

Assim, o desenvolvimento de atividades como esta, além de contribuir para a formação de novos profissionais, beneficia também a população em geral, uma vez que oferta conhecimento

científico de forma acessível e garante a participação ativa dos pacientes, consequentemente melhorando a assistência em saúde.

REFERÊNCIAS

BRASIL; Ministério da Saúde. **Saúde da Criança**: aleitamento materno e alimentação complementar. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 184 p.

LIMA, Paloma de Sousa. **Aleitamento Materno**: benefícios para saúde mãe e filho. 2022. 4 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Faculdade Laboro, São Luís, 2022.

SANTOS, Livia Maria Damasceno Alves dos *et al.* Autoeficácia de puérperas em amamentar: estudo longitudinal. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 26, p. 1-7, 2022.

PAIVA, Mirtes Valéria Sarmiento *et al.* Educação em saúde com gestantes e puérperas: um relato de experiência. **Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem**, [s. l], v. 10, n. 29, p. 112-119, 2020.