

## ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: DA TEORIA À REALIDADE

**Rosa Maria Correia Jerónimo Pedroso**

Professora Coordenadora, Escola Superior de Enfermagem, COIMBRA, PORTUGAL rpedroso@esenfc.pt

**Dulce Maria de Garcia Pereira Galvão**

Professora Coordenadora, Escola Superior de Enfermagem, COIMBRA, PORTUGAL dgalvao@esenfc.pt

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.270>

*Fecha de Recepción: 21 Enero 2016*

*Fecha de Admisión: 15 Febrero 2016*

### RESUMO

**Antecedentes:** O aleitamento materno exclusivo até aos meses do bebé, e a sua manutenção com alimentos complementares até aos dois anos (OMS e UNICEF, 1995).

**Objetivos:** Conhecer a opinião das mães de lactentes sobre o período de aleitamento materno exclusivo, identificar se as mães foram informadas sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante o período pré-natal, identificar o motivo para amamentar, avaliar a taxa de aleitamento materno exclusivo durante os primeiros 6 meses de vida e identificar as causas para a introdução de outro tipo de alimentos;

**Método:** Estudo quantitativo, descritivo, numa amostra não probabilística intencional de 39 mães de lactentes, que tenham amamentado ou ainda se encontravam a amamentar, cujos filhos frequentavam creches públicas ou privadas, situadas em meio urbano e rural do distrito de Coimbra, com aplicação de um questionário, de Outubro a Dezembro de 2015.

**Resultados:** 17.9% das crianças tinha 9 meses de idade, 51.3% das mães tinha entre 31-35 anos, 87.2% eram trabalhadoras, 59.9% referiu o período de 6 meses como o período ideal de duração do aleitamento materno exclusivo, a 87.2% foram-lhes transmitidos conhecimentos sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante o período pré-natal, 22.6% referiu “a saúde do bebé” para amamentar, 48.7% introduziu outros alimentos aos 5 meses tendo 53.8% invocado o trabalho fora de casa o motivo para essa introdução.

**Conclusões:** A maioria das mães de lactentes identificou correctamente o período de aleitamento materno exclusivo sendo maioritariamente informadas sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante o período pré-natal. Foi identificado o motivo para amamentar e avaliada a taxa de aleitamento materno exclusivo durante os primeiros 6 meses de vida. O trabalho fora de casa foi identificado o principal motivo para a introdução precoce de outro tipo de leites ou alimentos.

Palavras-chave: crianças; aleitamento materno exclusivo; consulta pré-natal

## ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: DA TEORIA À REALIDADE

### ABSTRACT

**Background:** Exclusive breastfeeding until the months of the baby, and its maintenance with complementary foods up to two years (WHO and UNICEF, 1995)

**Objectives:** Know the opinion of the infants of mothers on exclusive breastfeeding period, identify whether the mothers were informed about the importance of exclusive breastfeeding during the prenatal period, identify the reason for breastfeeding, assess the exclusive breastfeeding rate during the first 6 months of life and identify the causes for the introduction of another type of feed.

**Method:** quantitative, descriptive study, a non-probabilistic intentional sample of 39 mothers of infants who have breastfed or were still breast-feeding, whose children attended public or private kindergartens, located in urban and rural areas of the district of Coimbra, with application of a questionnaire from October to December 2015.

**Results:** 17.9% of the children were 9 months old, 51.3% of mothers were between 31-35 years, 87.2% were working, 59.9% reported a period of six months as the optimal duration of exclusive breastfeeding, 87.2% were- transmitted their knowledge about the importance of exclusive breastfeeding during the prenatal period, 22.6% said “the baby’s health” to breastfeed, 48.7% introduced other foods at 5 months with 53.8% cited work outside the home the reason for this introduction.

**Conclusion:** Most infants of mothers correctly identified exclusive breastfeeding period is mostly informed about the importance of exclusive breastfeeding during the prenatal period. the reason was identified to breastfeed and evaluated the exclusive breastfeeding rate for the first 6 months of life. The work outside the home was identified the main reason for the early introduction of other milks or foods

**Keywords:** Infants, Exclusive Breastfeeding, Antenatal Clinics

### ANTECEDENTES

O aleitamento materno exclusivo até aos meses do bebé, e a sua manutenção com alimentos complementares até aos dois anos (OMS e UNICEF, 1995).

Inquestionavelmente, o leite materno é considerado o alimento ideal para a criança durante os primeiros meses de vida, ao proporcionar um melhor crescimento e desenvolvimento da criança, uma vez que está adaptado à sua evolução e necessidades.

A taxa de aleitamento exclusivo até aos seis meses continua a ser baixa em todos os países da Europa, não cumprindo, na sua generalidade, as recomendações da OMS e da UNICEF (1995). Mesmo em países onde a taxa de iniciação ao aleitamento materno é elevada, existe nos primeiros meses uma descida bastante acentuada

Um estudo desenvolvido por Galvão (2006), concluiu haver um decréscimo na prevalência da amamentação do nascimento aos três meses, em que apenas 25% das crianças estudadas se encontravam a fazer aleitamento materno exclusivo.

O aleitamento materno é actualmente considerado como uma prioridade no desenvolvimento da criança e prevenção de várias patologias, ainda que grande percentagem de mães interrompam precocemente a amamentação dos seus filhos ou simplesmente optem por não amamentar.

O leite materno além de ser uma fonte de nutrição para a criança, sendo considerado um alimento completo para o seu crescimento, também lhe proporciona e promove benefícios a nível do seu desenvolvimento. Ainda para a “American Academy of Pediatrics” citada por Pedroso (2011) estes benefícios podem ainda ser psicológicos, imunológicos, sociais, económicos e ambientais.

A tomada de decisão de amamentar e a sua manutenção pode tornar-se uma situação bastante complexa para a mulher, sendo esta muitas das vezes tomada ainda durante o período pré-natal, pelo que este é considerado um dos momentos mais importantes para a gestante aceitar e adaptar-se à sua futura função.

Neste sentido, a preparação para a amamentação deverá ser realizada pelos profissionais de saúde durante a gravidez, sendo objectivo das consultas pré-natais, a assistência e preparação das futuras mães para a prática do aleitamento materno, sendo considerado o mais adequado em que a grávida/casal se encontra habitualmente mais receptivo à formação/informação.

Em Portugal, segundo os dados do Ministério da Saúde, Direcção-Geral da Saúde. (2002), a percentagem de grávidas que inicia a vigilância pré-natal antes da 16ª semana de gravidez é superior a 80% e mais de 80% realizam esquemas de vigilância considerados adequados. Estas consultas são reconhecida como sendo um espaço de acolhimento à mulher grávida possibilitando diálogo, esclarecendo e informando sobre as vantagens acerca do aleitamento materno exclusivo mas também as desvantagens em caso de desmame precoce, promovendo e incentivando a mulher para amamentar e deste modo melhorar os índices de aleitamento materno.

De acordo com Ramos e Almeida (2003) citando a OMS e a UNICEF referem que um dos motivos alegados pelas mães para não amamentar ou para interromper a amamentação precocemente é a falta de orientação e de apoio no período pré-natal por parte da equipe de saúde.

Para Shimizu et al (2009) é indispensável expandir o acesso às gestantes nos serviços de saúde, melhorando a qualidade das consultas, fortalecendo o acolhimento, de forma a garantir a todas as gestantes um período pré-natal de qualidade.

Segundo a Direcção Geral de Saúde (2002) os profissionais de saúde têm um papel muito importante na promoção, protecção e manutenção do aleitamento materno, principalmente nos períodos pré-natal, parto e pós-parto e amamentação.

De acordo com Maia (2005) o enfermeiro na consulta pré-natal deverá motivar a futura mãe para o aleitamento materno, pois ao sentir-se mais motivada também se sentirá mais segura e descontraída. Ainda segundo a mesma autora (2005) o enfermeiro deverá transmitir e informar os pais quais as vantagens da amamentação, esclarecendo algumas dúvidas acerca da necessidade de uma alimentação equilibrada, diminuindo alguns medos, receios, tabus e dificuldades que possam surgir. Deste modo, os profissionais de saúde poderão utilizar estratégias tornadas fundamentais para o sucesso do aleitamento materno.

Também no estudo desenvolvido por Fujimori & Rezende (2009) as consultas pré-natais são consideradas momentos importantes para estimular e incentivar a mulher para amamentar e a aumentar os seus conhecimentos sobre esta temática, levando ao aumento da sua prevalência e duração.

Medeiros (2006, p.134) refere que a pouca orientação dada às mães pelos profissionais de saúde, cria muitas vezes “a expectativa que o processo de aleitamento é simples e automático” E acrescenta afirmando que, “se fossem melhor esclarecidas, seria menos penoso enfrentar as dificuldades que encontram, principalmente no início da amamentação, quando muitas acabam por desistir”.

Ainda neste contexto, para Silva Nogueira e Rosa Pedroso (s.d.) a dúvida sentida por algumas mães ao quererem abandonar o aleitamento natural, pode ser devida a uma atitude muitas das vezes “empacotada”, pois é-lhes difícil assumir a negação, considerada como um dever de qualquer mãe, recorrendo por vezes, a subterfúgios, falta de informação ou alguma influência negativa de familiares, sugerindo que o leite é fraco, para o seu filho.

As mães podem manifestar sentimentos ambíguos e contraditórios se os profissionais de saúde com quem contactam não estiverem seguros e detiverem informação e formação concisa sobre amamentação.

Por vezes são os conselhos dos próprios profissionais de saúde que provocam uma certa ambiguidade nas mães que ainda manifestam alguma dúvida e indecisão, ao desvirtuarem a importância do aleitamento materno exclusivo, para o crescimento e desenvolvimento da criança.

## **ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: DA TEORIA À REALIDADE**

Determinados estudos realizados apontam, com alguma frequência, alguns mitos sociais/crenças e a própria cultura dos países, originando que algumas mulheres optem pelo aleitamento de fórmula. Outras mães referem ainda a falta de informação e desconhecimento sobre a fisiologia e lactação e a possibilidade de amamentarem e produzir leite em quantidade suficiente para o seu filho, o que pode levar à interrupção precoce do aleitamento materno (OMS e UNICEF, 1995).

Através dos resultados de um estudo desenvolvido por Pedrosa (2011) podemos induzir que a mulher pode facilmente abandonar a amamentação para retomar a sua actividade laboral, se não existirem condições de apoio, tais como a existência de creche no próprio local de trabalho, que lhe permita continuar a realizar o aleitamento materno exclusivo.

### **OBJECTIVOS**

Conhecer a opinião das mães de lactentes sobre o período de aleitamento materno exclusivo, identificar se as mães foram informadas sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante o período pré-natal, identificar o motivo para amamentar, avaliar a taxa de aleitamento materno exclusivo durante os primeiros 6 meses de vida e identificar as causas para a introdução de outro tipo de alimentos.

### **PARTICIPANTES**

Participaram no estudo 39 mães de lactentes, distribuídas por cinco grupos etários: 20 anos ou menos, 21 a 25 anos, 26 a 30 anos, 31 a 35 anos e mais de 35 anos. A maioria (51.3%) das mães tinha entre os 31 e 35 anos e a média localizou-se no grupo etário dos 26 aos 30 anos. A idade das crianças lactentes oscilou entre os 3 e os 12 meses, tendo a maioria (17.9%) 9 meses de idade e a média de 7.72 meses. No momento da realização do estudo a maioria das mães (87.2%) era trabalhadora.

### **MÉTODO**

O estudo foi desenvolvido em creches públicas e privadas, situadas em meio urbano e rural do distrito de Coimbra, durante os meses de Outubro a Dezembro de 2015.

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, numa amostra não probabilística intencional a mães de lactentes que tenham amamentado ou que ainda se encontravam a amamentar. Foi aplicado um questionário, constituído por duas partes, na primeira foi feita a caracterização sociodemográfica e na segunda parte constam as variáveis a analisar.

### **RESULTADOS**

Um total de 59.9% das mães referiram o 6º mês como o período ideal de duração do aleitamento materno exclusivo, 25.6% referiu ser menos de 6 meses e 7.7% das mães respondeu que não sabia. Apesar de todas as mães referirem ter sido seguidas (100%) em consultas durante o período pré-natal, apenas 87.2% referiram que lhes tinham sido transmitido conhecimentos sobre a importância do aleitamento materno exclusivo e 12.8% referiram não ter recebido esses conhecimentos. 48.7% das mães realizou a introdução de outros alimentos aos 5 meses e apenas 10.3% o fez aos 6 meses, 22.6% referiu “a saúde do bebé” como motivo para amamentar, 9.7% referiram que era benéfico para o bebé/mãe, 6.5% referiram o laço materno e melhor alimento, mas 12.9% não sabiam. 89.7% das mães já não amamentava exclusivamente e apenas 10.3% o fazia. Relativamente ao motivo da introdução precoce de outros alimentos, 53.8% referiu o trabalho fora de casa, 17.9% por indicação médica e 15.4% pela entrada do filho na creche.

## DISCUSSÃO

Neste estudo, a maioria das mães identificou correctamente o período recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para o aleitamento materno exclusivo. Apesar de a totalidade das mães referir ter recebido conhecimentos durante o período pré-natal sobre a importância do aleitamento materno exclusivo, apenas 10.3% o fez aos 6 meses, o que o que contraria o preconizado pela OMS, que recomenda o aleitamento materno exclusivo desde o nascimento até aos seis meses de vida e a amamentação com alimentos complementares até aos dois anos de idade ou mais.

Um estudo desenvolvido por Osis et al (2004) relativo ao tempo de decisão adequado para amamentar de forma exclusiva esteve relacionada com a informação que as mães receberam durante os períodos de gestação e pós-parto.

Também Galvão (2006), concluiu haver um decréscimo na prevalência da amamentação do nascimento aos três meses, em que apenas 25% das crianças estudadas se encontravam a fazer aleitamento materno exclusivo.

Ainda Medeiros (2006, p.134) refere que a pouca orientação dada às mães pelos profissionais de saúde, e “se fossem melhor esclarecidas, seria menos penoso enfrentar as dificuldades que encontram, principalmente no início da amamentação, quando muitas acabam por desistir”.

Em relação ao motivo para amamentar 22.6% das mães referiram “a saúde do bebé” e 6.5% como “laço materno e melhor alimento”, o que vai de encontro à opinião que as mães manifestaram no estudo desenvolvido por Pedroso (2011).

No nosso estudo, 58.3.% das mães afirmaram que a principal causa para a introdução precoce de outros alimentos foi o trabalho fora de casa, o que vai de encontro aos dados do estudo de Pedroso (2011), enquanto que 15.4% referiram a entrada na creche. Também no estudo desenvolvido por (Sandes et al, 2007) uma das causas referidas pelas mães para o abandono da amamentação foi o regresso ao trabalho.

Outro estudo desenvolvido por Osis et al (2004) e citado por Pedroso (2011) concluiu que a existência de creche no local de trabalho foi um factor relevante para a manutenção do aleitamento materno após a licença de maternidade, especialmente no que se refere ao aleitamento materno exclusivo.

## CONCLUSÕES

Verificou-se neste estudo que a maioria das mães de lactentes identificou correctamente o período de aleitamento materno exclusivo, mas apenas uma minoria realizou a introdução de outros alimentos aos 6 meses, como preconiza a OMS/UNICEF. As mães foram na totalidade seguidas em consultas pré-natal, mas apenas 87.2% referiram que foram informadas sobre a importância do aleitamento materno exclusivo durante o período pré-natal. Foi identificado pelas mães o motivo para amamentar e avaliada a taxa de aleitamento materno exclusivo durante os primeiros 6 meses de vida. Foram também identificadas as causas para a introdução de outro tipo de leites ou alimentos precocemente, sendo o trabalho fora de casa o principal motivo referido.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Direção Geral da Saúde. (2002). *Ganhos de saúde em Portugal: Ponto de situação*. Lisboa, Portugal: Autor.
- Galvão, D. M. (2006). *Amamentação bem sucedida: Alguns factores determinantes*. Loures, Portugal: Lusociência.
- Fujimori, E., & Rezende, M. A. (2009). Aleitamento materno. In E. Fujimori & C. V. Ohara (Orgs.), *Enfermagem e a saúde da criança na atenção básica* (p. 568). Barueri, Brasil: Manole.

## ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: DA TEORIA À REALIDADE

- Maia, O. (2005). Promoção do aleitamento materno entre mães adolescentes. *Informar*, 11(34), 39-48.
- Medeiros, I. Y. (2006). *Amamentação em mulheres que trabalham: O não trabalho no trabalho* (Dissertação de mestrado). Recuperado de <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6135/tde-05052008-195957/pt-br.php>
- Organização Mundial da Saúde, & Fundo das Nações Unidas pela Infância. (1995). *Aconselhamento em amamentação: Um curso de treinamento: Manual do participante*. São Paulo, Brasil: Nelson Francisco Brandão.
- Osis, M. J., Duarte, G. A., Pádua, K. S., Hardy, E., Sandoval, L. M., & Bento, S. F. (2004). Aleitamento materno exclusivo entre trabalhadoras com creche no local de trabalho. *Revista de Saúde Pública*, 38(2), 1-9. doi: 10.1590/S0034-89102004000200004
- Pedroso, R. M. (2011). *A amamentação de mulheres trabalhadoras e alunas de instituições do ensino superior público de Coimbra* (Dissertação de Doutoramento). Universidade da Estremadura, Badajoz, Espanha.
- Ramos C. V., & Almeida, J. A. (2003). Alegações maternas para o desmame: Estudo qualitativo. *Jornal de Pediatria*, 79(5), 385-390. doi: 10.1590/S0021-75572003000500004
- Sandes, A. R., Nascimento, C., Figueira, J., Gouveia, R., Valente, S., Martins, S., Silva, L. J. (2007). Aleitamento materno: Prevalência e factores condicionantes. *Acta Médica Portuguesa*, 20(3), 193-200.
- Shimizu, H. E., & Shimizu, M. G. (2009). As dimensões do cuidado pré-natal na consulta de enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 62(3), 387-398. doi: 10.1590/S0034-71672009000300009
- Silva, N., & Pedroso, R. (s.d.). *Gravidez parto e cuidados á criança: Conhecimentos práticos que interessam à jovem mãe*. Coimbra, Portugal: Ediliber Editora.