



## Amamentação: os desafios apresentados pelas puérperas e as contribuições da enfermagem


Breastfeeding: challenges presented by puerper women and the contributions of nursing

 DOI: 10.55892/jrg.v6i13.780

 ARK: 57118/JRG.v6i13.780

Recebido: 18/09/2023 | Aceito: 14/11/2023 | Publicado: 22/11/2023

**Emília Lamenha Silva de Lima Barreto<sup>1</sup>**


 <https://orcid.org/0009-0007-4553-9711>

 <http://lattes.cnpq.br/2409954554277689>

Centro Universitário Mario Pontes Jucá – Maceió, AL, Brasil

E-mail: emilialamenna@outlook.com

**Glória Sthephane Bispo Ferreira<sup>2</sup>**


 <https://orcid.org/0009-0008-8914-4081>

 <http://lattes.cnpq.br/9683960568298700>

Centro Universitário Mario Pontes Jucá – Maceió, AL, Brasil

E-mail: glorinha.sbf@outlook.com

**Rayane Martins Botelho<sup>3</sup>**

 <https://orcid.org/0000-0002-5941-3550>

 <http://lattes.cnpq.br/4442454223873802>

Centro Universitário Mario Pontes Jucá – Maceió, AL, Brasil

E-mail: rayane.botelho@umj.edu.br



## Resumo

**Introdução:** A maternidade vem se tornando um grande desafio em meio ao momento que vivemos de promoção da autonomia feminina, manter o aleitamento materno exclusivo acabou sendo exaustivo e frustrante diante de carga horarias de trabalho cansativas, rotina doméstica e intercorrências mamárias, por sua vez a enfermagem tende a se atentar para os benefícios do aleitamento materno exclusivo buscando intervenções que consigam disseminar a benignidade de manter essa prática de maneira integral. **Objetivo:** O presente estudo visa colocar em pauta as dificuldades encontradas pelas puérperas e as contribuições da enfermagem frente ao aleitamento materno. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura que tem como caráter qualitativo e descritivo. **Resultados e discussões:** Dentre as dificuldades citadas pelas puérperas para manter um aleitamento pleno está a insegurança frente as mudanças fisiológicas e alterações brusca da rotina, imprecisão de informações sobre a nutrição ofertada pelo aleitamento materno onde na ótica das mesmas é necessário ser complementada, como também as alterações das mamas que tende a ser o motivo de maior comprometimento desse ato. **Conclusão:** A enfermagem tem papel crucial em educação em saúde que vai além do pré-natal, atentar-se para um aleitamento materno efetivo a ponto de providenciar medidas que ajudem as mães a manter essa rotina de ofertar o leite materno é de suma importância e uma medida urgente que deve ser reforçada diariamente.

<sup>1</sup> Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Mario Pontes Jucá – Maceió, AL

<sup>2</sup> Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Mario Pontes Jucá – Maceió, AL

<sup>3</sup> Mestre em ciências da saúde e especialista em urgência, emergência e UTI, cursando doutorado em ciências da saúde.

**Palavras-chave:** Aleitamento. Obstáculos. Enfermagem.

**Abstract**

*Introduction: Motherhood has become a great challenge in the midst of the moment we live in promoting female autonomy, maintaining exclusive breastfeeding ended up being exhausting and frustrating in the face of tiring working hours, domestic routine and breast complications, in turn the Nursing tends to pay attention to the benefits of exclusive breastfeeding, seeking interventions that can disseminate the kindness of maintaining this practice in an integral way. Objective: The present study aims to highlight the difficulties encountered by postpartum women and the contributions of nursing to breastfeeding. Methodology: This is an integrative literature review study that has a qualitative and descriptive character. Results and discussions: Among the difficulties cited by postpartum women in maintaining full breastfeeding is insecurity in the face of physiological changes and sudden changes in routine, inaccuracy of information about the nutrition offered by breastfeeding where, from their perspective, it is necessary to be supplemented, as well as changes in the breasts, which tends to be the reason for greater commitment to this act. Conclusion: Nursing has a crucial role in health education that goes beyond prenatal care, paying attention to effective breastfeeding to the point of providing measures that help mothers maintain this routine of offering breast milk is of paramount importance and an urgent measure that must be reinforced daily.*

**Keywords:** Breastfeeding. Obstacles. Nursing.

**1. Introdução**

Amamentar, para muitas mães, vai além do nutrir. É um momento mágico e especial, de aproximação e conexão com o seu bebê. Recomendado pela Organização Mundial da Saúde – OMS para crianças até os dois anos de idade, o leite materno conta com anticorpos que fornecem imunidade para as crianças até que seu sistema imunológico esteja desenvolvido. Além disso ele possui os nutrientes que elas precisam para que comecem a se desenvolver de forma saudável (MARQUES; 2021).

O leite materno é um alimento precioso produzido naturalmente pelo corpo da mulher, além de ser o contato inicial recém-nascidos com a comida de verdade. Ele é o único que contém anticorpos e outras substâncias que protegem a criança de diversas doenças, como diarreias, infecções respiratórias, infecções de ouvidos (otites), além de reduzir as chances de desenvolver, no futuro, diabetes tipo2 e obesidade (BRASIL; 2021).

O leite materno exclusivo até aos seis meses de vida auxilia no crescimento e desenvolvimento do bebê além de proporcionar um vínculo maior com a mãe. Fonte de nutrientes e proteção, previne a diarreia, infecções respiratórias, desnutrição reduzindo a morbimortalidade infantil. Entretanto, é fundamental que os profissionais de enfermagem ofereçam uma assistência diferenciada frente a esse contexto que depende de inúmeros fatores históricos, sociais, culturais e psicológicos das mulheres que estão amamentando (PIRES; 2022).

Mas para muitas mulheres o ato de amamentar vem envolto de dúvidas, dores físicas e emocionais, angústias emedods. Muitas têm dificuldadeem alimentar os filhos em seus primeiros dias de vida, outras ficam em dúvida sobre amamentar ou não. E aqui entra o trabalho do profissional de Enfermagem, necessário para o apoio e a conscientização de mães, pais e toda a sua família (MARQUES; 2021).

As funções maternas no mercado de trabalho pode ser um importante obstáculo à amamentação, em especial a exclusiva. A manutenção da amamentação depende do tipo de trabalho exercido pela mulher, da carga horária de trabalho, das leis e das relações trabalhistas, do suporte ao aleitamento materno na família, na comunidade e no ambiente de trabalho e, em especial, das orientações dos profissionais de saúde para a manutenção do aleitamento materno em situações que exigem a separação física entre mãe e bebê (OLIVEIRA; 2022).

Dentre as dificuldades enfrentadas pelas puérperas no período da amamentação podemos destacar alterações nas mamas como: às fissuras mamárias e ingurgitamento mamário, associados às queixas de dor; endurecimento da mama, sangramento e febre; além de mamilo semi-plano. O Ministério da Saúde preconiza que a puérpera seja avaliada, na unidade mais próxima do seu domicílio, entre o 7º e o 10º dia, para a denominada revisão puerperal precoce, e retorne até o 42º dia para a revisão puerperal tardia, momentos no quais essas alterações mamárias devem ser avaliadas (ROSA; 2013).

O enfermeiro deve realizar a visita domiciliar de preferência imediatamente e nos primeiros dias após o parto, para que o aleitamento materno seja iniciado o mais precoce possível, auxiliando, assim, as mães nas primeiras mamadas do recém-nascido e nas dificuldades que poderão surgir. No planejamento da assistência à saúde da puérpera, o profissional de saúde deve considerar os hábitos e práticas culturais da família; focando a atenção nas necessidades reais da puérpera (ROSA; 2013).

A amamentação é uma arte a ser apoiada, aprendida e ensinada; pelos profissionais de saúde, família e comunidade. A atenção pré-natal e puerperal de qualidade e humanizada é fundamental para a saúde materna e neonatal (ROSA; 2013). Diante do exposto o presente estudo tem o objetivo de demonstrar a importância do profissional de enfermagem frente a insegurança materna em se manter uma amamentação exclusiva nos primeiros meses de vida do RN com o aparecimento de tantas mudanças fisiológicas, como também a falta de informação e apoio frente à essa prática. Tendo como pergunta norteadora “Quais os principais desafios enfrentados pelas lactantes e como o profissional influencia na prática do aleitamento materno exclusivo?”

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão sistemática da literatura, a qual é considerada como estudo secundário, que possui nos estudos primários sua fonte de dados (GALVÃO, PEREIRA; 2014). Possuindo caráter qualitativo e descritivo, com o intuito de analisar e discutir as dificuldades encontradas na oferta do aleitamento materno de forma exclusiva e quais as colaborações da enfermagem. Para definição dos estudos foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (Decs): aleitamento, puérperas, enfermagem, por meio do formulário próprio da base de dados, com a combinação do booleano AND.

As bases de dados utilizadas foram: Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) conforme o esquema I. Os critérios de inclusão utilizados foram: publicações em base de dados científicos disponíveis em português, por meio da leitura de títulos e dos resumos que respondem à pergunta norteadora da pesquisa, das disponibilidades na sua íntegra e gratuito, assim como da leitura completa do material estudado, publicados entre os anos de 2013 - 2023.

Os critérios de exclusão adotados para realização dos estudos foram: Estudos no formato de teses, monografias, dissertações e textos não científicos; e que estivessem sem acesso gratuito e na íntegra indexado nas bases de dados selecionadas para a construção do estudo científico. Esquema I - Processo de seleção dos artigos após leitura integral do estudo – Brasil, 2023



Fonte: Elaborado pelos autores (2023)

### 3. Resultados

A partir de uma busca minuciosa nas bases de dados supracitadas foram selecionados 8 artigos na Scientific Electronic Library Online (SCIELO), 9 artigos na Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e 0 artigos na Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), fazendo com que a pesquisa fosse desenvolvida com 17 artigos como base teórica para a elaboração do trabalho. Baseado nos resultados dos artigos selecionados foram encontradas particularidades específicas referente aos desafios enfrentados pelas puérperas, descritos no quadro I e as contribuições da enfermagem frente ao aleitamento materno exclusivo, descritos no quadro II, onde através desses estudos pudemos descrever a atuação dos profissionais de enfermagem e como são traçadas alternativas com o intuito de manter a prática do aleitamento ativa.

**Quadro 1 – Síntese dos estudos sobre “Os desafios apresentados pelas puérperas durante a amamentação.” - Maceió, AL, Brasil, 2023.**

TÍTULO DO ARTIGO	BASE INDEXADA	ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	SÍNTESE DO ESTUDO
<b>Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação</b>	SCIELO	2023	Analisar a relação entre os sintomas de ansiedade materna com a autoeficácia para a amamentação e a duração do aleitamento materno exclusivo	Estudo de coorte prospectivo, desenvolvido num Centro de Aleitamento Materno de um hospital universitário do município de São Paulo.	As puérperas investigadas apresentaram elevada prevalência de sintomatologia ansiosa, com interferência significativa na percepção e confiança em sua capacidade e habilidade materna de amamentar com sucesso o bebê. Não houve associação entre os sintomas de ansiedade e o desmame precoce.
<b>Fatores associados à autoeficácia da amamentação no puerpério imediato em maternidade pública</b>	SCIELO	2023	Verificar a associação entre variáveis sociodemográficas, antecedentes obstétricos, gestação atual e puerpério à autoeficácia em amamentar.	Estudo transversal, realizado no sudoeste maranhense do Brasil, entre os meses de outubro de 2020 a julho de 2021 com a participação de 240 puérperas, utilizando-se a Breastfeeding Self-Efficacy Scale - Short Form.	A pesquisa contribuiu para orientar os profissionais de saúde a prestar assistência de qualidade superior à gestante, puérpera e lactante, com o objetivo de aumentar a autoeficácia em amamentar, identificando, dentre tais mulheres, àquelas que necessitam de maior apoio.
<b>Apoio social para o aleitamento materno: percepção das mães de recém-nascidos prematuros tardios</b>	LILACS	2022	Compreender o conteúdo assimilado por puérperas nas atividades educativas durante a assistência pré-natal.	Estudo exploratório, de natureza qualitativa, realizado com 19 puérperas em alojamento conjunto de hospital público.	O discurso coletivo das mulheres entrevistadas apontou a predominância de informações fornecidas no pré-natal sobre os benefícios da amamentação para o lactente, a escassez de atividades de educação em saúde na atenção às gestantes e a reprodução do modelo tradicional de educação.
<b>Percepção das enfermeiras sobre o aleitamento materno no puerpério imediato</b>	LILACS	2022	Analisar a percepção das enfermeiras sobre a orientação do aleitamento materno no puerpério imediato.	Pesquisa de campo, descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa, realizada com 13 profissionais graduados em enfermagem assistencial e obstétrica de uma maternidade de um hospital público na cidade de Salvador, no estado da Bahia.	As enfermeiras perceberam as puérperas como protagonistas e afirmaram que os benefícios da amamentação superam as dificuldades vivenciadas.
<b>Ansiedade e sua influência na autoeficácia materna na amamentação</b>	SCIELO	2021	identificar os níveis de ansiedade e autoeficácia para amamentar em puérperas nos intervalos de 60, 120 e 180 dias pós-parto; e verificar a influência da ansiedade na autoeficácia na amamentação dessas puérperas.	estudo analítico, longitudinal e prospectivo, realizado com 186 puérperas, e que utilizou questionário de caracterização sociodemográfica e obstétrica, o Inventário de Ansiedade Traço-Estado e a Escala de Autoeficácia em Amamentação - Short Form.	é necessário dar maior atenção à saúde mental das puérperas, tendo em vista que aquelas que apresentaram baixos níveis de ansiedade apresentaram maiores níveis de autoeficácia, situação que pode resultar em aleitamento materno exclusivo por mais tempo.
<b>Conhecimentos, atitudes e práticas sobre aleitamento materno entre puérperas em alojamento conjunto</b>	LILACS	2021	Avaliar o conhecimento, atitude e prática sobre aleitamento materno entre puérperas, em alojamento conjunto de uma maternidade com selo de Hospital Amigo da Criança e descrever os motivos do	Inquérito com 157 puérperas em alojamento conjunto com análise descritiva e inferencial.	A Enfermagem pode auxiliar positivamente no conhecimento, na atitude e na prática sobre aleitamento, auxiliando no cuidado preventivo do trauma mamilar como causa importante do desmame precoce.



			desmame precoce em gestações anteriores.		
<b>Avaliação do diagnóstico de enfermagem amamentação ineficaz em puérperas</b>	LILACS	2020	Identificar o diagnóstico de enfermagem "Amamentação ineficaz" em puérperas cadastradas e acompanhadas em Unidade Básica de Saúde.	Trata-se de um estudo transversal, realizado no período de janeiro a abril de 2016, em Unidades Básicas de Saúde do município Vitória de Santo Antão.	Os indicadores clínicos mais significativos permitem ao enfermeiro a identificação do diagnóstico em puérperas, com a finalidade de promover estratégias para a realização de um aleitamento materno de maneira eficaz.
<b>Desvelando o significado da experiência vivida para o ser-mulher na amamentação com complicações puerperais</b>	LILACS	2018	Compreender o significado da experiência vivida para o ser-mulher na amamentação com complicações puerperais.	Estudo qualitativo, de natureza fenomenológica, sustentado na fenomenologia da percepção e na hermenêutica.	O estudo oportunizou compreender que a amamentação vivenciada pelo ser-mulher com complicação puerperal é composta por um conjunto de significados, e o conhecimento destes pelos profissionais de saúde, poderá contribuir para um cuidado mais integral.
<b>Percepções de puérperas quanto aos fatores que influenciam o aleitamento materno.</b>	SCIELO	2013	Consisti em conhecer as percepções de puérperas acerca dos fatores que influenciam o aleitamento materno.	Pesquisa do tipo exploratório-descritiva	A pesquisa reforçou a importância de conhecermos os principais aspectos que interferem na prática do aleitamento materno e, assim, possibilitar aos profissionais da saúde novas estratégias na construção de ações de educação em saúde, valorizando as diversas dimensões que compõem essa vivência.

Fonte: Elaborado pelos autores 2023.

**Quadro 2 – Síntese dos estudos sobre “As contribuições da enfermagem frente ao aleitamento materno exclusivo.” - Maceió, AL, Brasil, 2023.**

TÍTULO DO ARTIGO	BASE INDEXADA	ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	SÍNTESE DO ESTUDO
<b>Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação</b>	SCIELO	2023	Analisar a relação entre os sintomas de ansiedade materna com a autoeficácia para a amamentação e a duração do aleitamento materno exclusivo	Estudo de coorte prospectivo, desenvolvido num Centro de Aleitamento Materno de um hospital universitário do município de São Paulo.	As puérperas investigadas apresentaram elevada prevalência de sintomatologia ansiosa, com interferência significativa na percepção e confiança em sua capacidade e habilidade materna de amamentar com sucesso o bebê. Não houve associação entre os sintomas de ansiedade e o desmame precoce.
<b>Aplicabilidade clínica das intervenções de enfermagem de uma terminologia para assistência no processo de amamentação</b>	LILACS	2022	Analisar a aplicabilidade clínica das intervenções de enfermagem do subconjunto terminológico da Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem (CIPE®) para assistência à mulher e à criança em processo de amamentação	Estudo transversal. Dados coletados pela observação, sistemática e não participativa, durante os cuidados às puérperas em uma maternidade. Participaram puérperas e seus recém-nascidos; enfermeiras e técnicos em enfermagem. Utilizado instrumento com as 213 intervenções do subconjunto.	As intervenções do subconjunto da CIPE® são aplicáveis em alojamento conjunto. Identificou-se deficiência na prescrição e avaliação das intervenções de enfermagem.
<b>Práticas de enfermeiros e influência</b>	LILACS	2021	Descrever as práticas de enfermeiros da atenção primária em saúde e a influência	Estudo qualitativo à luz da teoria fundamentada nos	Os enfermeiros apontaram inúmeras práticas para o fortalecimento e a adesão ao

sociocultural na adesão ao aleitamento materno			sociocultural na adesão ao aleitamento materno.	dados, segundo o modelo construtivista de charmaz.	aleitamento materno desde o pré-natal ao puerpério, registrando os desafios socioculturais impostos.
Representações sociais de puérperas sobre as mamas no aleitamento.	LILACS	2021	Apreender. representações sociais de puérperas sobre as mamas no período do aleitamento.	Pesquisa qualitativa, fundamentada na teoria das representações sociais. Utilizou-se o teste de associação livre de palavras, aplicado a 95 puérperas num Centro de Parto Normal de Salvador - Ba, no período de novembro de 2017 a fevereiro de 2018.	Os achados corroboram para novos olhares para subjetividades que envolvem o aleitamento, podendo nortear práticas de cuidado em saúde que colaborem para satisfação enquanto nutriz.
Autoeficácia e manutenção exclusiva da amamentação nos primeiros meses após o parto.	SCIELO	2020	Avaliar a autoeficácia na amamentação e verificar a manutenção do aleitamento materno exclusivo nos primeiros meses após o parto.	Estudo de coorte prospectivo com 115 puérperas atendidas em um hospital público de Parobé, rio grande do sul.	Pontuações altas mostram que as mulheres se sentiram seguras e capazes de amamentar com sucesso. Há necessidade de melhorias na assistência à saúde, a fim de incentivar e apoiar efetivamente, a fim de obter melhores índices de aleitamento materno exclusivo.
Efeito de uma intervenção educativa sobre amamentação: um ensaio clínico randomizado.	SCIELO	2020	avaliar o efeito de uma intervenção educativa sobre amamentação no aconselhamento prestado às puérperas.	trata-se de um ensaio clínico randomizado incluindo 104 puérperas (grupo intervenção = 52 e grupo controle = 52) de um hospital privado, cuja intervenção educativa foi baseada na teoria pragmática e na utilização de uma tecnologia leve-dura denominada Kit Educacional de Amamentação (Kit Educativo para Aleitamento Materno).	a intervenção educativa baseada em metodologias ativas e recursos instrucionais estimulantes foi eficaz no desenvolvimento de maior domínio prático entre as puérperas no que diz respeito à adesão e manutenção do aleitamento materno exclusivo.
Avaliação do diagnóstico de enfermagem amamentação ineficaz em puérperas	LILACS	2020	Identificar o diagnóstico de enfermagem "Amamentação ineficaz" em puérperas cadastradas e acompanhadas em Unidade Básica de Saúde.	Trata-se de um estudo transversal, realizado no período de janeiro a abril de 2016, em Unidades Básicas de Saúde do município Vitória de Santo Antão.	Os indicadores clínicos mais significantes permitem ao enfermeiro a identificação do diagnóstico em puérperas, com a finalidade de promover estratégias para a realização de um aleitamento materno de maneira eficaz.
A amamentação na voz de puérperas primíparas	LILACS	2019	Conhecer as vivências acerca do processo de amamentação, por mulheres primíparas durante o puerpério.	Estudo de campo, descritivo de abordagem qualitativa, desenvolvido em uma unidade básica de saúde, com participação de nove puérperas primíparas.	A orientação profissional adequada obteve efeito positivo na prevenção destes eventos. O enfermeiro se faz muito importante nesta fase, preparando a mulher para todas as adversidades e auxiliando no estabelecimento da amamentação e preservando a durabilidade do aleitamento.

Práticas educativas de enfermagem no puerpério: representações sociais de puérperas.	SCIELO	2017	Compreender as representações sociais das puérperas acerca dos conteúdos das práticas educativas realizadas pela enfermagem no puerpério.	Estudo descritivo e qualitativo, realizado de junho a setembro de 2014, em Fortaleza, Ceará, Brasil.	É necessário redirecionar as práticas educativas no puerpério, a fim de abranger as necessidades biopsicossociais das mulheres neste período da vida. As ações educativas deverão pautar-se no modelo problematizador, com estímulo à autonomia das puérperas e valorização do seu conhecimento social.
Rede de apoio social de puérperas na prática da amamentação	SCIELO	2015	Conhecer a rede de apoio social das puérperas na prática da amamentação.	Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo descritiva, utilizando pressupostos da pesquisa participante, realizada por meio de entrevista com 21 puérperas.	Enfatiza-se a importância de se conhecer, incentivar e valorizar a presença da rede de apoio social da puérpera, durante a amamentação, de forma a permitir sua participação e colaboração na adesão e manutenção dessa prática.
Percepções de puérperas quanto aos fatores que influenciam o aleitamento materno.	SCIELO	2013	Consisti em conhecer as percepções de puérperas acerca dos fatores que influenciam o aleitamento materno.	Pesquisa do tipo exploratório-descritiva	A pesquisa reforçou a importância de conhecermos os principais aspectos que interferem na prática do aleitamento materno e, assim, possibilitar aos profissionais da saúde novas estratégias na construção de ações de educação em saúde, valorizando as diversas dimensões que compõem essa vivência.

Fonte: Elaborado pelos autores 2023.

#### 4. Discussão

A amamentação configura-se como um processo de interação dinâmica entre mãe e filho, em que a sinergia, influenciada pelo ambiente e por outros fatores da mulher, da criança, da família e da sociedade proporcionam o alcance dos benefícios do leite materno oferecido diretamente da mama para o recém-nascido. Vale ressaltar que o ato de amamentar é complexo e vai muito além de apenas nutrir. Esse processo sofre influências biológicas, psicológicas, culturais, sociais, econômicas e políticas (TRONCO; 2022).

A amamentação é uma estratégia importante na promoção do vínculo mãe-bebê e da saúde biopsicossocial de ambos, sendo a autoeficácia materna para amamentar, um fator modificável importante à medida que repercute significativamente na motivação da puérpera para iniciar e persistir na continuidade da amamentação frente às dificuldades provenientes desta prática (ABUCHAIM, 2023).

A autoeficácia materna na amamentação é um conceito definido como a convicção ou confiança da mulher sobre seu potencial ou habilidade para conduzir com sucesso a prática da amamentação. Mulheres que confiam na sua capacidade de amamentar o fazem por um período maior quando comparadas àquelas que não possuem essa autoconfiança, tornando a autoeficácia um importante fator de proteção para amamentar (MELO, 2021).

Entre as modificações fisiológicas, destacam-se as alterações nas mamas, que atingem um elevado grau de desenvolvimento durante o puerpério. Nesse período, inicia-se a amamentação, momento que envolve diversos sentimentos, voltado não só para mãe e bebê, mas também relacionado a toda rotina familiar (MORAIS, et al., 2020).



Soma-se à complexidade da amamentação as questões específicas do puerpério, pois, nesse período, a mulher passa por modificações locais e sistêmicas que visam retornar à fisiologia desta ao período pré-gravídico. Essas transformações envolvem aspectos hormonais, genitais e emocionais, tornando o puerpério um período delicado, em que a mulher fica suscetível a determinados agravos, tanto de origens endógenas quanto exógenas, denotando as complicações puerperais (LIMA, 2018).

Em seu estudo, Junges e colaboradores (2013) retratam que entre as complicações relatadas pelas puérperas estão situações que sugerem no processo lactacional, como as fissuras mamilares, a existência de mamilos planos e a baixa produção de leite. As rachaduras ou fissuras do mamilo são ocasionadas, de modo geral, pela pressão da boca do bebê sobre o tecido que cobre o mamilo ou a aréola quando a pega é incorreta, as quais são dolorosas e dificultam a amamentação. Esse fator pode desencadear a opção em não amamentar e até mesmo do desmame precoce, e nem sempre essa alteração é enfatizada no pré-natal, sendo destacada, na maioria das vezes, apenas a importância do aleitamento.

Todavia, mesmo sendo um processo natural, amamentar, muitas vezes, é um desafio, visto que necessitam de uma série de aprendizados relacionados ao cuidado com os seios, ordenha, pega, posicionamento, dentre outras demandas que acabam, muitas vezes, deixando as mães confusas e desacreditadas de que sejam capazes de amamentar. Considerando que cada pessoa é única, é preciso tempo para adaptação entre mãe e filho, tanto no que se refere à anatomia quanto ao hábito, pois os bebês demandam repetidas mamadas durante o dia e à noite, e isso gera desgaste materno (ANJOS; ALMEIDA; PICANCO, 2022). Além das situações relatadas, outras complicações que podem ser observadas são: ingurgitamento, mastites e outras, que acabam levando a mãe a desistir de amamentar, quando não há apoio profissional para enfrentar as dúvidas e os problemas (ANJOS; ALMEIDA; PICANCO, 2022).

Sob esta ótica, a decisão da prática do aleitamento materno não é determinada apenas biologicamente, mas também emocional e socioculturalmente. Amamentar apenas ou não, bem como o desmame, tende a ser uma decisão tomada principalmente pela mãe. Essa escolha é influenciada por sua história de vida, rede de apoio, condições físicas e emocionais, assim como a situação de saúde do bebê e o valor social inculcado à amamentação e à maternidade (QUEIROZ; ANDRADE; CÉSAR, 2021).

Apesar de iniciar o aleitamento materno exclusivo (AME) no período do puerpério imediato, muitas mães complementam ou abandonam essa prática nas primeiras semanas. Isso decorre de diversos fatores já mencionados, tais como problemas mamários, produção insuficiente de leite e dificuldade do bebê na sucção. É possível destacar, ainda, a condição socioeconômica, o grau de escolaridade, sua condição em relação a serem primíparas ou múltiparas, fatores emocionais da mãe, falta de encorajamento familiar, genuína intenção de amamentar e desconhecimento sobre o assunto por parte da mãe (SIQUEIRA, 2023).

A diminuição da produção de leite está entre as queixas mais comuns no dia-a-dia dos profissionais de saúde que trabalham com aleitamento materno. Essa dificuldade, relatada pelas puérperas, origina-se de experiências próprias e vivência observadas em outras mulheres. A hipogalactia também é revestida, muitas vezes, de um caráter cultural e necessita de um olhar atento por parte dos profissionais de saúde, que devem perceber se realmente existe a baixa produção de leite ou se existem outras influências permeando esse fator (JUNGES, 2013).

Mulheres com experiência prévias positivas de aleitamento materno que

observam o sucesso da amamentação de outras mulheres (experiência vicária ou observacional), que recebem apoio e encorajamento de pessoas significativas, incluindo parceiro(a), familiares, e ou profissionais de saúde e que se sintam tranquilas, menos ansiosas e deprimidas (reação emocional) apresentam maior autoeficácia para amamentação (ABUCHAIM, 2023).

As intervenções educativas em saúde, fornecem subsídios a mulher e possibilitam a ela adotar medidas práticas e mais adequadas em relação a amamentação e conseqüentemente favorecendo o aleitamento e reduzindo a mortalidade infantil. O acesso à informação se configura uma poderosa ferramenta na busca de resultados satisfatórios acerca do aleitamento materno (BORTOLI; POPLASKI; BALOTIN, 2019).

A prevalência de altos escores evidencia que as mulheres se sentiam seguras e capazes de desempenhar, com sucesso, a amamentação. Verifica-se a necessidade de melhoria na assistência à saúde de modo a incentivar e apoiar efetivamente visando obter melhores taxas de Aleitamento Materno Exclusivo (MULLER, et al., 2020). Assim, entende-se que o apoio dado à mulher por familiares, amigos e vizinhos durante o processo gravídico-puerperal é de suma importância, podendo ser considerado um determinante na adesão e manutenção da amamentação. Entretanto, além do sistema familiar, outros sujeitos também exercem papel fundamental para o sucesso da amamentação, entre estes, os profissionais de saúde, os quais também compõem a rede de apoio social da puérpera (PRATES; SCHMALFUSS; LIPINSKI, 2015).

Nesse contexto, as intervenções realizadas pelo enfermeiro no âmbito da atenção primária de saúde (APS) buscam promover, proteger e garantir que o ciclo gravídico da mulher transcorra com o máximo de segurança e qualidade, identificando precocemente as alterações e redução dos riscos e complicações que por ventura possam surgir. Nesse sentido, especialmente durante o pré-natal, este profissional desenvolve suas ações para orientar, informar e conscientizar sobre os benefícios da amamentação tanto para o lactente quanto para a mãe, para que, após o nascimento, o aleitamento materno ocorra com naturalidade, e mesmo diante de alguma dificuldade, esta pode ser superada juntamente com uma rede de apoio fortalecida e com o suporte de uma equipe multiprofissional (HIGASHI, et al., 2021).

E se tratando do profissional de enfermagem, em seu estudo Souza e colaboradores (2020) destacam que o conhecimento desses profissionais sobre o manejo clínico do aleitamento materno é de suma importância para favorecer estratégias de orientação, mas esses afirmam ter mais sucesso quando as orientações verbais são combinadas com instrumentos visuais que, por sua vez, nem sempre estão disponíveis.

A educação em saúde constitui-se em estratégia de empoderamento na assistência de enfermagem à mulher em puerpério, pois é capaz de promover a adoção de medidas importantes e benéficas para a saúde materno-infantil. A ação educativa é um eixo norteador da enfermagem nos diversos campos de atuação, especialmente nos serviços de atenção primária à saúde. Assim, a Enfermagem deve desenvolver programas educativos que não se traduzam em uma simples transferência de informações, mas que se caracterizem como uma prática articulada às demandas das puérperas e à sua realidade sociocultural. A enfermagem deve associar a educação em saúde à prestação do cuidado, por meio da horizontalização. É importante que o enfermeiro desempenhe o papel de cuidador e educador, compartilhando saberes e trabalhos, agregando saberes populares e evitando a educação tradicional e autoritária (DODOU, 2017).

A assistência de enfermagem no cenário obstétrico configura-se como espaço de construção de saberes a partir de práticas educativas. Isso vai ao encontro das diretrizes de diversas políticas públicas de saúde, como a política nacional de humanização e a política nacional de atenção integral à saúde da mulher (PNAISM) (DODOU, 2017).

O enfermeiro deve respeitar as crenças, culturas, experiências, medos e anseios da puérpera, de modo a estabelecer uma relação terapêutica e um cuidado satisfatório, pois os cuidados ao binômio mãe-filho compreendem, além de aspectos biológicos e técnicos-científicos, os aspectos sociais, emocionais, espirituais e culturais. Esses aspectos podem ser determinantes para a tomada de decisão da mulher acerca do processo de amamentação (SANTOS, et al., 2022). Compreender esses aspectos, contribui para uma assistência holística e ao mesmo tempo individualizada, de qualidade e resolutiva, que faz com que a mulher enfrente de forma natural esta nova fase da vida (MORAIS, 2020).

Dessa maneira, ao prestar uma assistência humanizada, a enfermeira e equipe multiprofissional tem o papel de empoderar à mulher no puerpério diante da sua nova realidade como mãe referente às suas mamas, que antes eram fundamentais para sua a imagem feminina e sexualidade, agora é algo que reflete a sua capacidade de nutrir outro ser humano, reforçando o vínculo entre mãe e filho (NEPARICENO, et al. 2021).

Assim, os profissionais de saúde, incluindo os enfermeiros, têm papel decisivo na reversão desses dados para o desmame precoce e na promoção do aleitamento materno. Embora os profissionais sejam favoráveis ao aleitamento materno, muitas mulheres demonstram insatisfação com o apoio que recebem; necessitam de apoio ativo, informações corretas e, principalmente, de profissionais que demonstrem confiança em suas orientações para que se sintam confiantes (MULLER, 2020).

## **Conclusão**

A amamentação exclusiva tende a ser um desafio na vida da puérpera, é um momento de sensibilidade e cheio de mudanças com a chegada de um novo ser totalmente dependente, o que deveria ser uma chance de criação de elo entre mãe e bebê muitas das vezes torna-se algo exaustivo e doloroso, as muitas alterações fisiológicas percebidas com essa prática como: fissuras, ingurgitamento, mastites, a existência de mamilos planos e a baixa produção de leite podem desencadear a falta de interesse em manter a amamentação.

A enfermagem tem papel determinante frente ao encorajamento ao aleitamento materno exclusivo, através de educação em saúde desde o pré-natal e intervenções que visem diminuir o desconforto causado pelas alterações mamárias, como também a estimulação a participação ativa do parceiro e família nesse processo de adaptação da mulher a sua nova realidade.

Portanto, torna-se evidente que a amamentação deve ser promovida em toda sua plenitude, garantindo uma nutrição adequada ao bebê e uma fase puerperal tranquila e humanizada.

## Referência

ABUCHAIM, Erika De Sá Vieira; MARCACINE, Karla Oliveira; COCA, Kelly Pereira; *et al.* Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, p. eAPE02301, 2023.

ANJOS, Cristiane Rodrigues dos; ALMEIDA, Carolina Souza de; PICANÇO, Carina Marinho; *et al.* PERCEPÇÃO DAS ENFERMEIRAS SOBRE O ALEITAMENTO MATERNO NO PUERPÉRIO IMEDIATO. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 36, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde e vigilância sanitária**. Como enfrentar os principais desafios da amamentação? 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-que-ro-me-alimentar-melhor/noticias/2021/como-enfrentar-os-principais-desafios-da-amamentacao>. Acesso em: 09 de agosto 2023.

BORTOLI, Cleunir de Fatima Candido De; POPLASKI, Jesica Fernanda; BALOTIN, Paula Roberta. A AMAMENTAÇÃO NA VOZ DE PUÉRPERAS PRIMÍPARAS. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 3, 2019.

DODOU, Hilana Dayana; OLIVEIRA, Tamires Daianny Araújo De; ORIÁ, Mônica Oliveira Batista; *et al.* Educational practices of nursing in the puerperium: social representations of puerperal mothers. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 70, n. 6, p. 1250–1258, 2017.

GALVÃO, Taís Freire; PEREIRA, Mauricio Gomes. Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 23, n. 1, p. 183–184, 2014.

HIGASHI, Giovana Callegaro; SANTOS, Sibeli Seefeld dos; SILVA, Rosielle Souza da; *et al.* PRÁTICAS DE ENFERMEIROS E A INFLUÊNCIA SOCIOCULTURAL NA ADESÃO AO ALEITAMENTO MATERNO. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

JUNGES, Carolina Frescura; RESSEL, Lúcia Beatriz; BUDÓ, Maria De Lourdes Denardin; *et al.* Percepções de puérperas quanto aos fatores que influenciam o aleitamento materno. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 31, n. 2, p. 343–350, 2010.

LIMA, Simone Pedrosa; SANTOS, Evanguelia Kotzias Atherino Dos; ERDMANN, Alacoque Lorenzini; *et al.* DESVELANDO O SIGNIFICADO DA EXPERIÊNCIA VIVIDA PARA O SER-MULHER NA AMAMENTAÇÃO COM COMPLICAÇÕES PUERPORAIS. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 27, n. 1, 2018.

MARQUES; D. *et al.* Qual a importância do enfermeiro no aleitamento materno? **E+B Educação**, 2021. Disponível em: <https://www.educamaisbrasil.com.br/cursos-e-escolas-tecnicas/tecnico-em-enfermagem/noticias/qual-a-importancia-do-enfermeiro-no-aleitamento-materno>. Acesso em: 09 de agosto 2023.

MELO, Luciana Camargo De Oliveira; BONELLI, Marina Cortez Pereira; LIMA, Rosa Vanessa Alves; *et al.* Anxiety and its influence on maternal breastfeeding self-efficacy. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, p. e3485, 2021.

PACIFICO A. DE MELO MORAIS, Evelyn et al . Avaliação do diagnóstico de enfermagem amamentação ineficaz em puérperas. **Rev Cubana Enfermer**, Ciudad de la Habana , v. 36, n. 1, e3112, marzo 2020 .

MÜLLER, Aline Graziela; SILVA, Clarissa Bohrer Da; CANTARELLI, Karen Jeanne; *et al.* SELF-EFFICACY AND EXCLUSIVE BREASTFEEDING MAINTENANCE IN THE FIRST MONTHS AFTER CHILDBIRTH. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 29, p. e20190125, 2020.

MICHELLE ALEXANDRIA NEPOMUCENO, Cintia; CAETANO DE CARVALHO, Rogéria; SILVA RODRIGUES, Andreia; *et al.* Representações sociais de puérperas sobre as mamas no aleitamento. **Nursing (São Paulo)**, v. 25, n. 284, p. 7038–7031, 2022.

OLIVEIRA; K.M. et al. Amamentação na volta ao trabalho: dicas e recomendações. Consultório Espaço Médico Descomplicado – São Paulo, 2022. Disponível em: <https://pediatriadescomplicada.com.br/2022/10/24/amamentacao-na-volta-ao-trabalho-dicas-e-recomendacoes/#:~:text=Amamentar%20com%20frequ%C3%Aancia%20quando%20estiver,no%20dia%20seguinte%20ou%20congelar>. Acesso em: 09 de agosto 2023.

PIRES; R.S.S. et al. Desafios apresentados pelas puérperas no processo do aleitamento materno exclusivo e as contribuições da enfermagem: revisão integrativa. **Centro Universitário Maria Milza**, 2022. Disponível em: <http://131.0.244.66:8082/jspui/handle/123456789/2786>. Acesso em: 08 de agosto 2023.

PRATES, Lisie Alende; SCHMALFUSS, Joice Moreira; LIPINSKI, Jussara Mendes. Social support network of post-partum mothers in the practice of breastfeeding. **Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem**, v. 19, n. 2, 2015.

QUEIROZ, Viviane Cordeiro de; ANDRADE, Smalyanna Sgren da Costa; CÉSAR, Edna Samara Ribeiro; *et al.* Conhecimentos, atitudes e práticas sobre aleitamento materno entre puérperas em alojamento conjunto. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 11, 2021.

ROSA, Tatiane Gomes da. **Dificuldades enfrentadas pelas puérperas no período da amamentação**. 2021. Acesso em: 09 de agosto 2023.

SANTOS, Odette Moura Dos; TORRES, Fernanda Broering Gomes; GOMES, Denilsen Carvalho; *et al.* Aplicabilidade clínica das intervenções de enfermagem de uma terminologia para assistência no processo de amamentação. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 12, p. e31, 2022.



SIQUEIRA, Laíse Sousa; SANTOS, Floriacy Stabnow; SANTOS, Romila Martins De Moura Stabnow; *et al.* FATORES ASSOCIADOS À AUTOEFICÁCIA DA AMAMENTAÇÃO NO PUERPÉRIO IMEDIATO EM MATERNIDADE PÚBLICA. **Cogitare Enfermagem**, v. 28, p. e84086, 2023.

SOUZA, Erdnaxela Fernandes Do Carmo; PINA-OLIVEIRA, Alfredo Almeida; SHIMO, Antonieta Keiko Kakuda. Effect of a breastfeeding educational intervention: a randomized controlled trial. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 28, p. e3335, 2020.

TRONCO, Caroline Sissy; BONILHA, Ana Lucia Lourenzi; SCHLEMMER, Jéssica Teles; *et al.* APOIO SOCIAL PARA O ALEITAMENTO MATERNO: PERCEPÇÃO DAS MÃES DE RECÉM-NASCIDOS PREMATUROS TARDIOS. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 36, 2022.