

Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza

Dr. Ruth Cardoso

Técnico de Enfermagem

Atenção à Saúde das Puérperas: foco no aleitamento materno

Brunna Gomes Hurtado Sierra

Aluna de Tec. De Enfermagem, na Etec Dra. Ruth Cardoso

brunna.sierra@etec.sp.gov.br

Mariana Patricio de Oliveira

Aluna de Tec. De Enfermagem, na Etec Dra. Ruth Cardoso

Mariana.oliveira523@etec..sp.gov.br

Priscila Carvalho Bairradas

Aluna de Tec. De Enfermagem, na Etec Dra. Ruth Cardoso

Priscila.bairradas@etec.sp.gov.br

Resumo

O tema explorado pelas autoras visa investigar os principais desafios das puérperas no aleitamento materno, ressaltando os benefícios de curto e longo prazo. No período pós-parto, a mulher enfrenta diversas mudanças hormonais que podem influenciar seu comportamento e humor, evidenciando a importância do cuidado integral e humanizado. A partir de uma análise bibliográfica, o estudo busca identificar as principais adversidades no processo de amamentação, como o desmame precoce ou falta de orientações. Nesse contexto, o artigo propõe uma reflexão sobre a importância de técnicos de enfermagem qualificados e comprometidos em fornecer apoio emocional e orientações claras.

Palavras-chave: Desafios. Puérperas. Amamentação.

1. INTRODUÇÃO

O leite materno (LM) é um alimento rico, extremamente nutritivo e colabora diretamente com o sistema imune do bebê, devendo ser consumido unicamente até o primeiro semestre de vida, com a necessidade de ser complementado após esse período até no mínimo dois anos, sua importância vai além da saúde da criança, englobando a saúde da mãe, gerando mais afeto e ofertando uma vida saudável para os dois (Magalhães, 2024).

A amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida é amplamente reconhecida como fundamental para a saúde e o desenvolvimento infantil. No entanto, apesar dos inúmeros benefícios associados a essa prática, muitas mães enfrentam uma série de desafios que podem comprometer sua capacidade de manter a amamentação exclusiva durante esse período crucial (Magalhães, 2024).

Esse cenário evidencia a necessidade de fortalecer as medidas de incentivo ao aleitamento materno uma vez em que tal ato contribui significativamente quanto aos resultados no binômio materno-infantil, alcançando melhorias substanciais no processo ora proposto de acordo com o tema apresentado para melhoria da qualidade do atendimento de enfermagem.

Constantemente, as mães precisam escolher entre as informações passadas por profissionais da saúde e as tradições compartilhadas de geração em geração. Nesses casos, os familiares possuem influência direta no processo de AM, desse modo, a amamentação pode representar uma prática complexa, capaz de gerar momentos de estresse e angústia nas mulheres. (Cabrera, 2021).

1.1. OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo identificar os principais desafios no processo de amamentação no período puerperal. A amamentação é reconhecida como um dos pilares da nutrição e do desenvolvimento infantil, trazendo inúmeros benefícios para a saúde materno-infantil. No entanto, grande parte das mulheres enfrenta dificuldades nesse processo, o que pode levar à interrupção precoce da amamentação. Ao compreender esses

desafios, é possível contribuir para um melhor atendimento, esclarecendo dúvidas e proporcionando um acompanhamento mais adequado às puérperas.

1. 2. METODOLOGIA

Através de uma pesquisa bibliográfica explicativa qualitativa, buscamos entender o que já foi pesquisado, identificar padrões, comparar diferentes pontos de vista e apontar lacunas no conhecimento, por meio de canais, artigos e revistas científicas.

A escolha da questão norteadora “Quais são os principais desafios enfrentados pelas puérperas no processo de amamentação e como superá-los?” surgiu da relevância desse tema para a saúde materno-infantil, uma vez que o aleitamento materno é amplamente reconhecido como essencial para o desenvolvimento do bebê e para o bem-estar da mãe.

2. DESENVOLVIMENTO

O leite materno divide-se em três estágios: a primeira fase do leite é denominada colostro geralmente é produzida de 3 a 7 dias após o nascimento do bebê. A segunda fase é o de transição que acontece no período do quinto ao décimo quinto dia. O último é denominado leite maduro e sua produção ocorre no início do décimo quinto dia. Esses leites garantem uma dieta balanceada, por ser composto de fatores antimicrobianos, agentes anti-inflamatórios, enzimas digestivas, hormônios e fatores de crescimento, essa composição pode variar em cada um desses estágios (Postal et al., 2021).

Ao compreender o contexto, é fundamental destacar que ela acontece em meio ao puerpério — um período de intensas mudanças físicas, hormonais e emocionais para a mulher. Nesse momento, o corpo se reorganiza e a puérpera precisa de acolhimento, orientação e suporte adequado.

O puerpério é o período que se inicia logo após o parto e se estende, em geral, até seis a oito semanas, quando o organismo da mulher retorna gradualmente às condições pré-gestacionais. Durante essa fase, ocorrem intensas transformações físicas, hormonais e emocionais, sendo essencial o cuidado integral com a saúde da puérpera (Monteiro et al., 2020).

O aleitamento materno encontra algumas barreiras, como a volta da mulher ao trabalho, fatores psicossociais como a insegurança e o medo, além da depressão pós-parto e separação clínica-hospitalar entre a mãe e o bebê (Lima, et.al, 2021).

Existem vários fatores que influenciam nesse processo de aleitamento materno, os mais recorrentes que podem atrapalhar esse processamento são os demográficos, socioeconômicos, culturais, fisiológicos, obstétricos, assim como os fatores pessoais, os coletivos e também de atenção ao pré-natal, entre outros que podem interferir, apesar desse momento entre mãe e filho proporcionar inúmeros benefícios para saúde de ambos nem sempre segue o padrão esperado (Magalhães, 2024).

Quando falamos em aleitamento materno, é importante entender que, por mais natural que esse ato seja, ele está cercado de desafios. Lima et al. (2021) chamam atenção para os obstáculos emocionais e sociais que muitas mulheres enfrentam, como o medo, a insegurança, a depressão pós-parto e a separação hospitalar entre mãe e bebê. Já Barros (2021) mostra que há um conjunto ainda mais amplo de fatores — desde as condições socioeconômicas até o tipo de assistência no pré-natal — que podem dificultar esse processo. Isso revela que o sucesso da amamentação depende não só da disposição da mãe, mas de um suporte integral e contínuo, tanto da família quanto dos profissionais de saúde.

O trabalho é um dos motivos que mais leva ao desmame precoce, desta forma é importante a sala de apoio a amamentação no ambiente de trabalho, assim como, a cartilha como forma de esclarecer possíveis dúvidas se realçar o incentivo a esta prática tão importante na vida da criança e da mãe (Lima, et.al, 2021).

Segundo Freitas (2019) é crucial que os profissionais de saúde que cuidam das puérperas estejam especialmente atentos à importância da amamentação, reforçando-a como um aspecto vital. Eles devem oferecer suporte, orientações e assistência específica sobre a amamentação, ajudando as mulheres a enfrentarem dúvidas e desafios nesse processo, mas sempre respeitando suas necessidades individuais, contexto cultural e valores.

O técnico de enfermagem, por seu contato próximo com a puérpera, desempenha um papel essencial ao orientar, apoiar e incentivar a amamentação, sempre com respeito às necessidades e ao contexto de cada mulher, promovendo um cuidado humanizado e seguro, bem como a utilização de espaços como a sala de apoio à amamentação no ambiente laboral. O uso de cartilhas informativas, deve ser incentivada pelo técnico como forma de esclarecer dúvidas e reforçar os benefícios dessa prática para mãe e bebê.

Os enfermeiros e os demais profissionais de saúde da APS foram identificados como facilitadores para a amamentação continuada e promoção de alimentação saudável no

tempo adequado (Oliveira, et.al, 2023). Entretanto a forma de abordagem do profissional de saúde, como informações incorretas, incompletas pode também influenciar negativamente a prática do aleitamento materno (Siqueira, et.al, 2021). Diante disso, torna-se essencial que os profissionais da APS recebam capacitação contínua e atuem com sensibilidade, acolhimento e embasamento técnico, a fim de promover um cuidado efetivo e humanizado.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, os técnicos de enfermagem devem sempre buscar inovações que se aproximem dos problemas identificados, a fim de criar ferramentas que possam contribuir com a superação dos impasses, desempenhando ações de promoção da saúde desde o pré-natal até a visita puerperal, utilizando-se das consultas para gerar oportunidades de incentivar a prática do aleitamento, esclarecendo dúvidas e benefícios de tal prática. (LIMA, et al, 2021).

Percebe-se que a atuação dos técnicos de enfermagem é fundamental para oferecer suporte às mães no processo de amamentação. Ao se aproximarem das dificuldades enfrentadas pelas mulheres nesse período, esses profissionais contribuem para fortalecer a confiança materna, esclarecendo dúvidas, oferecendo orientações e promovendo um ambiente de acolhimento e escuta. O incentivo ao aleitamento materno vai além da nutrição do bebê — é também uma prática que favorece o bem-estar físico e emocional da mulher, ajuda na recuperação pós-parto e reforça seu protagonismo no cuidado com o filho. Assim, ao atuarem com sensibilidade, empatia e conhecimento, os técnicos de enfermagem tornam-se aliados essenciais no empoderamento materno e na construção de uma experiência de maternidade mais segura e positiva

REFERÊNCIAS

FREITAS, Géssica Albuquerque Torres. Processo de aleitamento materno e as repercussões na promoção da saúde do binômio mãe e filho. 2019. 60 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Universidade de Fortaleza, Fortaleza, 2019. Acesso em: 11 mar. 2025.

LANUZA BORGES OLIVEIRA, et. Al. Estratégias de efetivação da amamentação na atenção primária à saúde:uma revisão integrativa, 2023. Acesso em: 11 mar. 2025.

MAGALHÃES, Claelson Marques, et al. Desafios enfrentados pelas mães na amamentação exclusiva de crianças de 0 a 6 meses: uma revisão sistemática de literatura. [S. I.: s. n.], 2024. Acesso em: 1 abr. 2025.

MONTEIRO, B.R, et al. Atenção à Saúde no Contexto do Pré-Natal e Parto Sob a Perspectiva de Puérperas. Ver. Bras. Enferm. 2020. Acesso em 16 out. 2024.

POSTAL, Amanda Lunardelli et al. Perfil calórico e higienicossanitário do leite pasteurizado no banco de leite de um Hospital Universitário. Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde. Santa Maria. Vol. 22, n. 3 (2021). Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/240307>. Acesso em: 10 jun 2025.

SILVA, André Luiz da et al. Fisiologia da lactação: uma revisão narrativa. Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, v. 38, n. 4, p. 292-298, 2022.

VIANA LIMA, T. G.; LEÃO, M. C. B.; MENDES, P. N.; FEITOSA, C. D. A. Tecnologias educativas para autoeficácia para amamentar e prática do aleitamento materno exclusivo. Revista Enfermagem Atual In Derme, [S. I.], v. 95, n. 35, p. e021138, 2021. DOI: 10.31011/reaid-2021-v.95-n.35-art.1194. Acesso em: 1 abr. 2025.

