



**FALANDO EM AMAMENTAÇÃO: AÇÕES DE EXTENSÃO DURANTE O  
PRÉ-NATAL E PUERPÉRIO**

***SPEAKING ABOUT BREASTFEEDING: EXTENSION ACTIONS DURING  
PRENATAL AND PUERPERIUM***

Alexia Diovana Fernandes da Rocha<sup>1</sup>

Sheila Tamanini de Almeida<sup>2</sup>

Marcia Angelica Peter Maahs<sup>3</sup>

Monalise Costa Batista Berbert<sup>4</sup>

**Resumo:** A amamentação é benéfica para o bebê, para a mãe, para a família e para a sociedade. Por conta dos inúmeros benefícios, os órgãos de saúde recomendam aleitamento materno exclusivo até seis meses e complementado até dois anos de vida. No Brasil, as taxas de amamentação ainda se encontram abaixo do recomendado e a falta de conhecimento a respeito de suas vantagens é um dos principais fatores responsáveis pelo desmame. O projeto de extensão “Falando em Amamentação” foi criado com propósito de apoiar e promover o aleitamento materno por meio de orientações no pré-natal e puerpério e ações no ambiente universitário. O objetivo deste artigo é, portanto, relatar as experiências vividas pelos alunos durante as ações realizadas pelo projeto. O projeto realiza orientações semanalmente pela manhã no ambulatório e alojamento conjunto de um hospital em Porto Alegre. No ambulatório, as acadêmicas orientam grupos de gestantes e, no alojamento conjunto, as orientações ocorrem individualmente à beira do leito e são voltadas às dúvidas e às dificuldades do binômio mãe-bebê durante a amamentação. Os resultados são observados por meio do interesse nas informações recebidas, compartilhamento de dúvidas e dificuldades e receptividade para auxílio no manejo da amamentação quando necessário. O projeto considera bem-sucedida sua atuação na promoção e incentivo ao aleitamento materno, visto que a população atendida se mostra satisfeita com a assistência recebida, os serviços estão abertos para as atividades e as alunas participantes têm a oportunidade de

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Fonoaudiologia, pela Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Participante do projeto de extensão Falando em Amamentação. E-mail: alexia.rocha99@gmail.com

<sup>2</sup> Fonoaudióloga. Doutora em Ciências em Gastroenterologia e Hepatologia (UFRGS). Professora adjunta do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). E-mail: sheilat@ufcspa.edu.br

<sup>3</sup> Odontóloga. Pós-doutora em Patologia (UFCSPA). Professora adjunta de Ortodontia Aplicada do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). E-mail: marciama@ufcspa.edu.br

<sup>4</sup> Fonoaudióloga. Doutora em Engenharia Mecânica – Biomecânica (UFRGS). Professora adjunta do Departamento de Fonoaudiologia da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). E-mail: monalise@ufcspa.edu.br

aprofundar o conhecimento, colocando em prática habilidades e competências de sua formação curricular.

**Palavras-chave:** Aleitamento materno. Fonoaudiologia. Saúde Coletiva.

***Abstract:** Breastfeeding offers many benefits to the woman, child, family and society. Because of the numerous advantages, health agencies suggest exclusive breastfeeding for the first six months and continued breastfeeding with complementary food until two years of age or beyond. Breastfeeding rates still are below the recommendation in Brazil. The lack of mother's knowledge about the nursing benefits is one of the causes of breastfeeding interruption. The extension project "Falando em Amamentação" was created in order to support and promote breastfeeding through prenatal and puerperium guidance and activities in university environment. This article aims to describe the experiences lived by the volunteers during activities accomplished by the project and to show the importance of guidance for a successful breastfeeding. The project realizes guidances on Tuesday mornings at the ambulatory and maternity ward of the Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre. The volunteers provide group guidance for the pregnant women at the ambulatory, seeking promote discussion; encourage participation and solving their doubts. The guidance at the maternity ward occurs individually and are driven by the doubts and difficulties of mother-baby dyad during breastfeeding; in addition, a questionnaire is applied to characterize the mother's profile. Therefore, the project finds successful its action on breastfeeding promotion and support. The population attended seems to be satisfied with the assistance received and the students have the opportunity to learn more and put they knowledge into practice.*

**Keywords:** Breast Feeding. Speech, Language and Hearing Sciences. Public Health.

## **Introdução**

Os benefícios decorrentes do aleitamento materno (AM) para a mãe, para a criança, para a família e para a sociedade são conhecidos e comprovados cientificamente. A amamentação proporciona à criança a nutrição ideal, pois o leite materno contém todos os nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento adequado nos primeiros meses de vida (BEZERRA; BATISTA; SANTOS, 2020). Amamentar também reduz a morbimortalidade infantil, protegendo a criança contra diversas doenças, além de contribuir para um melhor desenvolvimento cognitivo e promover o desenvolvimento adequado do sistema estomatognático (CASSIMIRO *et al.*, 2019).

A mulher que amamenta pode ter recuperação mais rápida após o parto, proteção contra o câncer de mama, ovário e útero e redução do risco de desenvolver depressão pós-parto, diabetes tipo 2, hipertensão e outras doenças. A família também diminui seus gastos

financeiros, pois para uma criança em AM não é necessário comprar fórmula infantil, mamadeiras e chupetas (BRASIL, 2015). Além disso, o ato de amamentar favorece o vínculo afetivo entre mãe e filho, traz benefícios psicológicos para ambos, permite que a criança consiga se comunicar desde cedo com a mãe e promove o apego (SILVA; BRAGA, 2019).

Devido aos inúmeros benefícios da amamentação, o Ministério da Saúde (MS) recomenda a prática do aleitamento materno exclusivo até os seis meses e o aleitamento materno complementado até os dois anos de vida. As taxas de AM no Brasil, tanto exclusivo quanto complementado, ainda se apresentam abaixo do preconizado (BRASIL, 2017). A falta de conhecimento da mãe a respeito da importância desta prática costuma ser apontada como uma das principais causas da interrupção precoce da amamentação (ROCHA; COSTA, 2015). É necessário que as mulheres possuam uma rede de apoio que promova a amamentação durante a gravidez e o pós-parto, composta pela família, comunidade e profissionais de saúde (NOBREGA *et al.*, 2019).

O projeto de extensão “Falando em Amamentação” foi criado para promover o AM no pré-natal e puerpério por meio de orientações a respeito do tema, além de capacitar e conscientizar os discentes e profissionais a respeito do papel que eles possuem na promoção da amamentação. O objetivo deste artigo é, portanto, relatar as experiências vividas pelos alunos durante as ações realizadas pelo projeto.

## **Metodologia**

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência que descreve ações do projeto de extensão “Falando em Amamentação”. O projeto foi concebido em 2009 na Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). É constituído, atualmente, por três professoras do Departamento de Fonoaudiologia (duas fonoaudiólogas e uma ortodontista) e um grupo de acadêmicas da universidade.

Possui como meta principal garantir a promoção do AM no seguimento do bebê desde o pré-natal até o acompanhamento após o parto na maternidade, aproximando os acadêmicos da realidade da comunidade e permitindo que eles multipliquem o conhecimento a outros profissionais da saúde. Para que esse objetivo seja alcançado, o projeto organiza orientações e atividades com a temática da promoção da amamentação, para serem realizadas com gestantes

e puérperas da rede pública de saúde, bem como com os profissionais e os estudantes da área da saúde.

O projeto realiza suas ações às terças-feiras, pela manhã, no ambulatório de ginecologia e obstetrícia e no alojamento conjunto da Maternidade Mário Totta da Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre (ISCOMPA). As orientações do projeto são realizadas oralmente, utilizando linguagem clara e acessível ao público-alvo, que são as gestantes e puérperas usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS). As informações e orientações são destinadas tanto para gestantes quanto para mulheres nos primeiros dias após o parto, pois entende-se a importância da realização de atividades educativas no decorrer deste período para redução de dificuldades e dúvidas no manejo do AM.

Além das atividades exercidas no ambulatório e no alojamento conjunto, durante a Semana Mundial do Aleitamento Materno (SMAM), o projeto realiza ações no ambiente universitário voltadas à conscientização e à promoção da amamentação por meio da distribuição de materiais e resolução de dúvidas dos acadêmicos de diversos cursos da saúde a respeito do tema. O grupo também organiza um evento anual gratuito e aberto à comunidade interna e externa, voltado às discussões acerca da temática. Dessa forma, busca-se atingir não somente as puérperas e gestantes, como também os acadêmicos da universidade, os profissionais de saúde e a população como um todo, que possuem papel fundamental na promoção e incentivo ao AM.

### **As Ações no Ambulatório**

Durante o pré-natal, o profissional da saúde deve apoiar as gestantes, escutando-as, esclarecendo suas dúvidas, preocupações e favorecendo a troca de experiências. As orientações neste período podem influenciar a mulher na decisão de amamentar e na duração do AM (NUNES; OLIVEIRA; LAGO, 2019).

As participantes do projeto realizam as ações no ambulatório com grupos de gestantes que aguardam pela consulta pré-natal. Durante a atividade, busca-se promover o diálogo e incentivar a participação das gestantes, para que elas esclareçam suas dúvidas e compartilhem vivências. Para começar o diálogo e tornar a situação mais confortável, as acadêmicas são orientadas a explicar sobre o projeto, perguntar as gestantes se já amamentaram e como foram

suas experiências, permitindo que as mulheres se tornem uma figura ativa no processo de aconselhamento.

As orientações possuem duração variada, dependendo do nível de participação do grupo de gestantes. Estas orientações têm como conteúdo os seguintes tópicos: benefícios da amamentação; composição do leite materno; papel da sucção na mama para o desenvolvimento psicológico, craniofacial e motor-oral do bebê; pega e posicionamento na mamada (demonstração de posições com um boneco); tipos de mamilo (uso de mamas didáticas); malefícios das mamadeiras, chupetas e aleitamento artificial para o desenvolvimento global da criança; prática de extração manual do leite materno e armazenamento (explicação de como realizar a extração manual do leite e como armazená-lo corretamente); políticas que protegem a amamentação.

### **As Ações no Alojamento Conjunto**

Os primeiros dias após o parto são cruciais para o AM bem-sucedido, pois, é neste período que a lactação se estabelece, além de ser um momento de intenso aprendizado para a mãe, por conta da sua adaptação ao bebê.

No alojamento conjunto, as orientações do projeto são realizadas individualmente e com foco no binômio mãe-bebê. Ao abordar a mãe e o recém-nascido (RN) à beira do leito, as acadêmicas se apresentam, explicam o objetivo do projeto e buscam deixar a mulher confortável e segura para compartilhar suas experiências. Após isso, iniciam as perguntas a respeito da situação do AM e, quando possível, realizam a avaliação, em que se analisa: o estado geral do RN e sua cavidade oral, o estado psicológico da mulher, as condições da mama, bem como a interação entre a díade mãe-bebê, visualizando a postura, contato e a pega na mama.

O grupo também organizou um questionário para ser aplicado no local, com objetivo de traçar o perfil das mulheres que são acolhidas durante as orientações. A partir disso, é possível aprimorar e adaptar as ações conforme as demandas e as necessidades apresentadas pela população atendida. O questionário é composto por dados gerais sobre a puérpera e perguntas a respeito da amamentação. Os dados gerais são obtidos por meio do prontuário eletrônico, sendo eles: idade, data do parto, idade gestacional, tipo de parto, intercorrências na

gestação e/ou parto e presença de gestações anteriores.

Para obter as informações a respeito do AM, as extensionistas perguntam se a mãe está amamentando, se possui alguma dificuldade para amamentar, se recebeu orientações no pré-natal sobre o tema, e em caso de múltíparas, se conseguiu amamentar seus filhos anteriores e a duração da amamentação. Nos casos das mulheres que relatam dificuldades para amamentar, as extensionistas se colocam à disposição para observar o momento da mamada e tentar identificar pontos negativos.

## **Resultados**

Durante as ações no ambulatório, é possível perceber que a maioria das gestantes demonstra interesse em receber as informações pelas acadêmicas, principalmente as primíparas, e muitas expõem as dificuldades encontradas na amamentação de seus filhos anteriores. Dentre as principais dificuldades relatadas, o desmame precoce, a confusão de bicos, a falta de orientação e apoio durante a amamentação, os problemas na pega e a falta de leite, foram as dificuldades que mais se destacaram.

As mulheres realizam diversas perguntas durante as orientações do projeto. A maioria das perguntas é sobre como proceder para evitar o desmame precoce na amamentação dos seus próximos filhos, se devem oferecer águas e chás para o bebê durante os seis primeiros meses, qual tipo de bico de mamadeira devem utilizar para oferecer o leite quando não for possível oferecer a mama, entre outras dúvidas muito comuns.

A partir das narrativas das mães, observou-se que nos casos em que elas não conseguiram iniciar ou manter o AM, as principais causas foram: o desconhecimento a respeito dos benefícios da amamentação; a carência de orientações durante o pré-natal e puerpério; a crença no mito do “leite fraco”, que leva a complementação precoce da alimentação da criança; e a ausência de apoio e incentivo dos familiares e profissionais da saúde na decisão de amamentar. A mulher que não recebe orientação sobre AM e apoio para dar início e continuidade na amamentação torna-se insegura e desmotivada, ficando mais suscetível a optar pelo aleitamento artificial.

Por meio dos dados obtidos pela aplicação dos questionários no alojamento conjunto, percebeu-se que a maioria das mães orientadas realizou parto normal, não teve intercorrências

durante o parto e/ou gestação, é múltipara, estava amamentando no momento da orientação e não apresentava dificuldades. No caso das mulheres múltiparas, a maioria conseguiu amamentar seus filhos anteriores. Além disso, boa parte das puérperas não recebeu orientações sobre amamentação durante o pré-natal e, portanto, não foram expostas a informações importantes a respeito do AM.

As orientações no alojamento conjunto costumam ser flexíveis e são definidas a partir das dúvidas e dificuldades apresentadas pelas mães. As principais dúvidas relatadas são relacionadas à duração e à frequência das mamadas, ao colostro e sua capacidade de saciar a fome do bebê e a efetividade da sucção do RN na mama. Para resolução dos questionamentos, as extensionistas orientam a respeito da importância do AM em livre demanda, tranquilizam a mãe em relação aos horários das mamadas, explicam sobre o colostro e como ele é fundamental para o desenvolvimento e proteção do bebê nos primeiros dias de vida, avaliam a sucção do RN durante a mamada e trabalham a segurança da mulher no processo do AM.

A maior parte das dificuldades e queixas das puérperas durante a amamentação é relativa ao aparecimento de fissuras mamilares, ao RN sonolento durante a mamada, ao atraso na apojadura, ao tipo de mamilo e a dificuldades na pega ao seio. Diante destas circunstâncias, é necessário que as acadêmicas extensionistas orientem as mães e ofereçam soluções aos problemas encontrados por elas. Para demonstrar melhor como ocorre as orientações à abordagem das acadêmicas para cada situação, são relatados a seguir:

- As mulheres que apresentam dor e/ou fissuras mamilares, são orientadas a iniciar a mamada pela mama menos afetada, realizar posicionamentos alternativos ao amamentar e a passar o próprio leite materno no mamilo - por conta das propriedades anti-infecciosas que ajudam na cicatrização. Quando o RN é sonolento, a mãe é orientada a estimulá-lo durante a mamada, para evitar que ele durma e se alimente mal. Nos casos em que ocorre atraso na descida do leite, a mãe é tranquilizada e há incentivo para que ela continue amamentando, visto que a apojadura pode ocorrer até o terceiro ou quarto dia após o parto (BRASIL, 2015).
- Quando a mulher possui mamilos planos ou invertidos, avalia-se a situação de cada dupla individualmente e a mulher recebe incentivo e apoio para continuar amamentando.
- Quando a queixa é sobre a pega do RN, as acadêmicas avaliam a mamada e realizam orientações sobre a pega e posicionamento da díade.

As orientações buscam fazer com que as mães se sintam seguras e protagonistas de

todo o processo. Durante o aconselhamento, é fundamental que o profissional ou acadêmico da área da saúde crie um clima de confiança com a mãe. As orientações devem ser tranquilas e com linguagem clara e a mãe deve ser incentivada e valorizada pelas suas ações em relação a amamentação, pois isto é essencial para reforçar a sua autoconfiança (ALEIXO *et al.*, 2019).

### **Considerações Finais**

A troca de conhecimentos entre academia e sociedade torna-se viável por meio da extensão universitária, permite a socialização do conhecimento e a disponibilização de serviços que poderiam ser inacessíveis para a população assistida, devido sua situação social, cultural e econômica.

A mulher que é acolhida por profissionais desde o período gestacional até o pós-parto tem mais conhecimento sobre a importância de amamentar. Esse conhecimento faz com que ela se sinta segura para iniciar a amamentação e dar continuidade por tempo prolongado. Por outro lado, as alunas do projeto têm a oportunidade de se aproximar dessas mulheres, identificar suas dúvidas e suas necessidades para dessa forma aconselhar por meio da troca de saberes acerca do tema.

A extensão universitária oferece ao aluno a oportunidade única de complementar sua formação acadêmica e profissional. Por meio da prática extensionista, o aluno dispõe da oportunidade de conhecer a realidade fora da sala de aula, tendo acesso à comunidade, conhecendo suas demandas e compartilhando seus saberes.

Por conta dos relatos das mulheres e das percepções pessoais das alunas, é possível perceber a importância e a necessidade de ações voltadas à promoção da amamentação. Muitas mulheres ainda possuem dúvidas sobre o tema que poderiam ser facilmente solucionadas por profissionais ou estudantes da área da saúde. Os projetos de extensão como o “Falando em Amamentação”, que atuam nos serviços envolvidos no seguimento da mulher desde o período da gravidez até o pós-parto, podem trabalhar lado a lado com os profissionais de saúde em ações de promoção da amamentação.

O projeto de extensão “Falando em Amamentação” considera bem sucedidas suas ações na promoção e no apoio ao AM na comunidade atendida. As orientações realizadas pelo grupo no pré-natal e no puerpério são fundamentais para o apoio e incentivo a mulher na

decisão de amamentar. As ações executadas no ambiente acadêmico também são importantes para divulgação do conhecimento sobre o tema para profissionais e estudantes. A carência no uso de indicadores mais detalhados é uma limitação do estudo, por isso, serão implementados no projeto questionários que respondam detalhadamente este aspecto.

## Referências

ALEIXO, T. C. S. *et al.* Conhecimento e análise do processo de orientação de puérperas acerca da amamentação. **Revista de Enfermagem**, Santa Maria, v. 9, n.59, p. 1-18, 2019.

BEZERRA, A. E. M.; BATISTA, L. H. C.; SANTOS, R. G. de A. Amamentação: o que pensam as mulheres participantes de um grupo de pré-natal? **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 3, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

CASSIMIRO, I. G. V. *et al.* A importância da amamentação natural para o sistema estomatognático. **Revista Uningá**, supl. 1, v. 56, n. S5, p. 54-66, jul. 2019.

NOBREGA, V. C. F. da *et al.* As redes sociais de apoio para o aleitamento materno: uma pesquisa-ação. **Saúde debate**, Rio de Janeiro, v. 43, n. 121, p. 429-440, abr. 2019.

NUNES, D. A.; OLIVEIRA, T. G. de; LAGO, M. T. G. A importância do pré-natal para promoção do aleitamento materno: uma revisão integrativa. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, supl. 1, v. 35, n. esp, p. 39-48, mar. 2019.

ROCHA, M. G.; COSTA, E. S. Interrupção precoce do aleitamento integrativa. **Revista SBPH**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 258-279, jun. 2019. materno exclusivo: experiência com mães de crianças em consultas de puericultura. **Revista Brasileira de Promoção à Saúde**, Fortaleza, v. 28, n. 4, p. 547-552, out./dez. 2015.

SILVA, B. A. A. da; BRAGA, L. P. Fatores promotores do vínculo mãe-bebê no puerpério imediato hospitalar: uma revisão integrativa. **Revista SBPH**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 258-279, jun. 2019.

Recebido em: 6 de julho de 2018.

Aceito em: 1 de junho de 2010.