

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA PROMOÇÃO DO  
ALEITAMENTO MATERNO E REDUÇÃO DA MORBIMORTALIDADE  
INFANTIL**

Larissa Metello Da Costa Lima<sup>1</sup>  
Gabrielly Heemann Vieira<sup>1</sup>  
João Pedro Lopes Iwasaki<sup>1</sup>  
Taísa Guimarães De Souza<sup>2</sup>

De acordo com o Ministério da Saúde “o aleitamento materno é a mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil. Permite ainda um grandioso impacto na promoção da saúde integral da dupla mãe/bebê e regozijo de toda a sociedade”<sup>1</sup>. Sabendo dessa importância e de todos os benefícios associados a amamentação, é recomendado que o aleitamento materno seja realizado por dois anos ou mais, sendo exclusivo nos primeiros seis meses, não havendo vantagens de a introdução alimentar ser realizada antes dos 6 meses, pois está associada ao maior risco de diarreia, hospitalização por doença respiratória, menor absorção de nutrientes gerando carências nutricionais<sup>1</sup>.

Entretanto, apesar de todas as evidências científicas provando a superioridade do aleitamento materno em relação a todas as outras fontes de nutrição, a duração do aleitamento materno no Brasil, principalmente o aleitamento materno exclusivo, está abaixo do que é recomendado. Por isso, cabe aos profissionais da saúde apoiar e incentivar o aleitamento materno, através da passagem de informações precisas, como os benefícios para a mãe e o bebê, suporte emocional e respeito ao contexto sociocultural e familiar em que a mãe e o lactente estão inseridos<sup>1</sup>.

São vários os benefícios cientificamente comprovados do aleitamento materno, como a redução do número de mortes infantis por doenças infecciosas, diminui episódios de diarreia, diminui o risco de alergias (como a alergia à proteína do leite de vaca, de dermatite atópica e de outros tipos de alergias, incluindo asma e sibilos

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG.

<sup>2</sup> Docente do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG.

recorrentes), diminui o risco de desenvolver doenças crônicas futuras como hipertensão, diabetes, hipercolesterolemia e obesidade, além de contribuir para o melhor desenvolvimento cognitivo e desenvolvimento da cavidade bucal. Para a mãe, o aleitamento materno também traz benefícios como proteção contra câncer de mama, ovário e útero, funciona como método contraceptivo nos primeiros 6 meses, diminui o risco de doenças crônicas como diabetes mellitus tipo 2, obesidade e hipertensão, osteoporose e diminui o risco de depressão pós-parto. Também promove maior vínculo entre a mãe e o bebê, melhora a qualidade de vida e apresenta melhor custo financeiro<sup>2</sup>.

Sabendo da importância do aleitamento materno na redução da morbimortalidade infantil e na promoção do vínculo materno-infantil, o internato de Medicina da Família e Comunidade realizou um Projeto de Intervenção na UBS Parque do Lago com o tema “Agosto Dourado – a amamentação vale ouro”, que tem a finalidade de incentivar o aleitamento materno através da distribuição de panfletos para a população adscrita na UBS Parque do Lago durante o mês de agosto, considerado como o mês que simboliza o apoio a amamentação, tendo como a cor dourado a representação do aleitamento materno ser o “padrão ouro” de alimentação das crianças durante os primeiros meses de vida.

Os panfletos ilustrativos apresentam algumas orientações essenciais para o aleitamento materno ser realizado de maneira correta, como a pega e sucção adequadas, a posição do bebê e da mãe durante o ato, além de conter os benefícios do aleitamento tanto para a mãe quanto para o bebê.

A entrega dos panfletos representa uma oportunidade para incentivarmos e esclarecer dúvidas que surgirem durante a eventual consulta. Dessa forma, os panfletos foram entregues para um público-alvo específico, que no caso seriam as gestantes, durante as consultas de pré-natal na terça-feira à tarde, e os responsáveis que acompanham as crianças durante as consultas de puericultura realizadas na segunda-feira à tarde.

Sabemos que para que todos os benefícios sejam alcançados, o aleitamento materno deve ser realizado corretamente, por isso, também foi fundamental explicar a técnica de amamentação, pois apesar da sucção do recém-nascido ser um ato reflexo, ele precisa retirar o leite de maneira eficiente. Para isso, é necessário que o bebê tenha uma abertura ampla da boca englobando o mamilo e a aréola, formando um laço perfeito

entre a boca e a mama, também que ele consiga elevar as bordas laterais e a ponta da língua, formando uma concha que leva o leite até a faringe posterior e esôfago, ativando o reflexo de deglutição. As roupas da mãe e do bebê também devem ser adequadas, de forma que as mamas fiquem completamente expostas e o braço do bebê livres, a mãe deve estar em uma posição confortável encostando a sua barriga com a barriga do bebê e o nariz do bebê fique no mesmo nível que o mamilo<sup>3</sup>.

Também foi ensinado para as mães alguns sinais de que a técnica de amamentação está inadequada, que são eles: bochechas do bebê encovadas em cada sucção, ruídos da língua, mama aparentando estar esticada ou deformada durante a mamada, mamilos com estrias vermelhas ou áreas esbranquiçadas ou achatadas quando o bebê solta a mama e dor na amamentação<sup>3</sup>.

Deve-se incentivar a amamentação a livre demanda, sem restrições de horários e de tempo de permanência na mama e desencorajar o uso de bicos, como chupetas e mamadeiras, pois estes estão associados a maior número de ocorrência de candidíase oral, de otite média e de alterações do palato e dentição<sup>3</sup>.

Muitas mulheres também se preocupam com o aspecto de seu leite, por isso é importante orientar as mães para que elas saibam que a cor do leite varia ao longo de uma mamada e com a dieta da mãe. O leite do início da mamada, o chamado leite anterior, pelo seu alto teor de água, tem aspecto semelhante ao da água de coco, sendo rico em anticorpos. Já o leite do meio da mamada tende a ter uma coloração branca opaca devido ao aumento da concentração de caseína. E o leite do final da mamada, o chamado leite posterior, é mais amarelado devido à presença de betacaroteno, pigmento lipossolúvel presente na cenoura, abóbora e vegetais de cor laranja, provenientes da dieta da mãe<sup>1</sup>.

Percebemos que ao realizar essas orientações e desmitificar práticas e conceitos culturais errôneos acerca do aleitamento materno, foi possível a compreensão das mulheres acerca do tema, o que influenciou de forma direta e positiva a atitude das mesmas frente ao ato de amamentar. Este projeto de intervenção, realizado a partir da prática de educação em saúde, evidenciou que tais atividades proporcionaram uma ampla troca de informações, ao promover um momento de interação, favorecendo o esclarecimento de dúvidas, o surgimento de novas reflexões e a difusão do conhecimento sobre a amamentação.

Referências Bibliográficas:

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção Básica da criança: aleitamento materno e alimentação complementar (Cadernos de Atenção Básica, n 23). 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
2. Sociedade Brasileira de Pediatria. Tratado de Pediatria. 4 ed. Barueri: Manole; 2017.
3. Nelson WE et al. Tratado de Pediatria. 20 ed. Barueri: Manole; 2017.