

Educação em saúde no processo de posicionamento da mãe com o bebê durante a amamentação

Health education in process of positioning the mother with the baby during breast-feeding

RESUMO

O processo de posicionamento durante o aleitamento materno é pouco conhecido pelas gestantes e lactantes, necessitando, então, de meios informativos relacionados ao conhecimento e do envolvimento dos profissionais de saúde. Este texto trata-se de um relato de experiência desenvolvido pela Liga Interdisciplinar de Saúde da Criança da Universidade Federal do Oeste da Bahia que desenvolveu ações de educação em saúde relacionadas à atenção a gestantes, lactantes e crianças, no oeste da Bahia, no período de julho de 2016 a junho de 2017. Participaram dessas ações estudantes extensionistas, profissionais de saúde, associação sem fins lucrativos, gestantes e lactantes com demonstrações lúdicas, banners, pôsteres, peças anatômicas e bonecas que ocorreram na feira livre e praças públicas no município de Barreiras na Bahia. Foram discutidos temas relacionados com o processo de posicionamento da mãe com o bebê durante a amamentação como prevenção para intercorrências mamárias. A realização da atividade possibilitou troca de conhecimentos e esclarecimento de dúvidas levantadas pelos participantes, que demonstraram uma carência de informações sobre os benefícios do posicionamento correto durante a amamentação para promoção à saúde das gestantes e lactantes.

Palavras-chave: Educação em saúde. Aleitamento materno. Gestantes. Extensão universitária.

ABSTRACT

The positioning process during breastfeeding is poorly understood by pregnant women and infants, needing information paths related to the knowledge and involvement of health professionals. This text is an experience report developed by the Interdisciplinary League of Child Health of the Federal University of the West of Bahia, which developed health education actions related to the attention to pregnant women, infants and children in the west of Bahia in the period of July 2016 to June 2017. Participants included extension students,

Darlane dos Anjos Alves

Graduanda em Fisioterapia pela Faculdade São Francisco de Barreiras, Bahia, Brasil. (darlaneanjos@gmail.com).

Flávia de Carvalho Santos

Graduanda em Fisioterapia pela Faculdade São Francisco de Barreiras, Bahia, Brasil. (flaviacarvalho95@hotmail.com).

Lucinara Araújo Almeida

Graduanda em Fisioterapia pela Faculdade São Francisco de Barreiras, Bahia, Brasil. (nara_friends89@hotmail.com).

Mússio Pirajá Mattos

Mestre em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal da Bahia, Brasil; professor do Centro das Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia, Brasil. (mussiopiraja@hotmail.com).

health professionals, non-profit associations, pregnant women and infants with ludic demonstrations, banners, folders, anatomical pieces and dolls that took place at the free fair and public squares in the municipality of Barreiras in Bahia. We discussed issues related to the process of positioning the mother with the baby during breastfeeding as prevention for breast complications. The accomplishment of the activity made possible the exchange of knowledge and clarification of doubts raised by the participants, who demonstrated a lack of information about the benefits of the correct positioning during breastfeeding to promote the health of pregnant women and infants.

Keywords: Health education. Breastfeeding. Pregnant women. University extension.

INTRODUÇÃO

Dentre as espécies mamíferas, o *homo sapiens* é a única em que o processo de amamentação e o desmame não é provocado somente pelo instinto. Portanto, a puérpera deve compreender ou ser instruída sobre a realização correta do aleitamento materno, já que as mulheres ainda não conhecem todas as informações sobre o ato de amamentar, ocasionando o aparecimento de complicações mamárias e o desmame precoce (GIUGLIANI, 2004).

O ato de amamentar, nas últimas décadas, vem se tornando um assunto cada vez mais interessante cercado por diversos benefícios, tais como, prevenção da mortalidade infantil, promoção à saúde física, mental e psíquica tanto para a gestante quanto para a lactante e o lactente. Entretanto, há diversos fatores que podem interferir na desistência do manejo, entre eles o posicionamento ou pega errônea durante as mamadas, levando ao aparecimento de quadros algícos nas mamas e em outras partes do corpo seguidas de posições antálgicas (BUENO, 2013; LUCAS, 2014).

É importante que haja acompanhamento clínico de profissionais especializados, qualificados e com habilidades e técnicas adequadas durante todo o período de pré-natal, peri e pós-natal com intuito de levar informações, orientações e esclarecimentos relacionados à prática da amamentação, adequar seus comportamentos posturais e as dificuldades iniciais de forma correta, as quais podem interferir na

amamentação e desencadear complicações, a fim de promover saúde e evitar o desmame precoce (MENEZES et al., 2014; AZEVEDO et al., 2015).

Atualmente, a população tem à disposição inúmeras formas de acesso à informação, a fim de agregar maior conhecimento e esclarecer dúvidas sobre o aleitamento materno (LIMBERGER, 2013). Portanto, projetos de extensão universitários são grandes aliados por levar informações à comunidade, com objetivo de oferecer conhecimento e assistência, além de contribuir para uma formação profissional adequada de seus acadêmicos. Deste modo, o desenvolvimento dessas ações é imprescindível para construção de saberes e ampliação do conhecimento científico voltado para atender às necessidades reais do público-alvo (SCHEIDEMANTEL; KLEIN; TEIXEIRA, 2004; SIQUEIRA et al., 2017)

A educação é uma ferramenta fundamental quando se trata de inclusão e divulgação da prática da amamentação, para a qual se deve levar em consideração motivação, apoio familiar, existência de angústias e medos do ato, além de orientações durante o aleitamento, proporcionando promoção e proteção à saúde da mulher e do lactente, que pode ser incentivada em eventos que abordam tal temática dentro da própria comunidade (MONTRONE; FABBRO; BERNASCONI, 2009).

O acompanhamento de um profissional fisioterapeuta é de grande importância na orientação do posicionamento correto durante o manejo da amamentação, pois contribui para a prevenção de complicações que venham a afetar a mama, como dores e deformidades musculares, além de promover uma alimentação eficaz para o bebê (TOMÉ, 2008; REAL et al., 2009). É notável o aumento populacional de gestantes e puérperas que não sabem do impacto que um mau posicionamento pode causar durante o manejo do aleitamento materno, isso promove o desenvolvimento de incapacidades, acarretando na desistência da amamentação. Portanto, é bastante importante à necessidade da realização de ações educativas que levem orientações à comunidade (GALVÃO, 2011).

Com isso, a proposta de oferecer eventos que repassem recursos informativos e esclarecimentos sobre o posicionamento da mãe com o bebê é fundamental para essas mulheres, pois a amamentação deve ser um ato indolor e eficaz, para isso a mãe deve aprender e colocar em

práticas o conhecimento adquirido. Neste contexto, os fisioterapeutas têm o papel de auxiliar o aprendizado quanto ao posicionamento correto, evitando o aparecimento de dores e complicações que possam atingir a saúde da mãe e do bebê (TOMÉ, 2008).

O presente estudo traz um recorte referente às atividades da Liga Interdisciplinar de Saúde da Criança da Universidade Federal do Oeste da Bahia. O objetivo desse texto é relatar experiências durante atividades de educação em saúde no processo de posicionamento da mãe com o bebê durante a amamentação.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência que foi desenvolvido a partir de atividades educativas em feiras de saúde. Essas ações foram promovidas pela Liga Interdisciplinar de Saúde da Criança, vinculada à Universidade Federal do Oeste da Bahia em parceria com uma associação sem fins lucrativos e profissionais de saúde na feira livre e praças públicas no município de Barreiras, Bahia. Participaram das atividades de educação em saúde gestantes, lactantes, professores, profissionais de saúde e estudantes extensionistas no período de julho de 2016 a junho de 2017.

As atividades tiveram como público alvo gestantes, lactantes, porém não foram excluídas as pessoas que passavam pelo local e que aceitavam participar das sessões educativas, de forma individual ou em grupo. O objetivo foi promover a saúde da população por meio da conscientização acerca do posicionamento correto durante a amamentação e contribuir para a promoção de saúde e prevenção de complicações mamárias em gestantes e puérperas, além de auxiliar na importância do cuidado na infância.

A participação das acadêmicas do curso de graduação em fisioterapia teve a responsabilidade de permitir a orientação sobre posturas adequadas da mãe com bebê e os benefícios ocasionados pela prática de posturas corretas. A construção dos materiais como fôlderes, banners, utilização de bonecas e peças anatômicas, teve como intuito possibilitar a comunicação de forma simplificada, facilitando o entendimento das gestantes e lactantes. A confecção foi baseada em

pesquisas na literatura científica que demonstravam o posicionamento adequado da mãe com bebê, além de reuniões e sessões científicas com os coordenadores e membros da Liga para a escolha do método que seria melhor utilizado nas atividades de educação em saúde e melhor estratégia educativa para ganhar a atenção do público alvo.

DESENVOLVIMENTO

As ações educativas realizadas pela Liga Interdisciplinar de Saúde da Criança em parceria com a associação sem fins lucrativos e profissionais da saúde demonstraram à população que o ato de amamentar é o primeiro momento de carinho entre a mãe e o filho. Além disso, durante a amamentação ocorre a transferência de anticorpos protegendo a criança contra infecções e outras doenças. Mostramos, também, que o fisioterapeuta ajuda a prevenir e tratar disfunções musculoesqueléticas que podem se instalar devido à má postura adotada pelas mães.

Com base nessa discussão, destacou-se o papel do fisioterapeuta no processo de aleitamento materno, garantindo que as orientações e apoio desse profissional contribuem para fazer a diferença durante a amamentação, trazendo um maior conforto para a mãe e o bebê, chamando atenção para os aspectos de promoção, prevenção e recuperação da saúde.

Durante a atividade educativa, foi possível perceber que as gestantes e lactantes demonstraram grande interesse sobre os cuidados necessários durante o período de lactação, bem como a postura correta no momento da amamentação e como prevenir complicações mamárias. No decorrer das orientações ao público, surgiram várias dúvidas que foram respondidas verbalmente e com a ajuda das ilustrações contidas nos banners, fôlderes, bonecas e peças anatômicas.

Segundo Coscrato, Pina e Mello (2010), a atividade lúdica pode ser usada como estratégia para o processo de ensino-aprendizagem com intuito de chamar a atenção para o assunto abordado de modo que o conhecimento seja alcançado de forma clara e objetiva pela população. Assim, a utilização de ferramentas lúdicas com bonecas foi de suma importância no processo de demonstração do posicionamento

correto da mãe com bebê durante as atividades educativas, devido ao ensinamento simples e de fácil entendimento acerca do assunto, além de ser uma forma interessante para responder as dúvidas de gestantes e lactantes. A elaboração de banners e pôsteres ilustrados com posturas corretas também foi imprescindível para complementar o conhecimento passado ao público e reforçar sobre as vantagens de um posicionamento adequado.

Durante as atividades de educação em saúde tivemos a possibilidade de orientar e aprender através da interação com as gestantes e mães por meio de palavras e atitudes. Essa prática permitiu ampliar horizontes para uma melhor oralidade em público e aquisição dos saberes a respeito do posicionamento correto durante a amamentação que contribuiu para atingir a aprendizagem significativa através dessa vivência na formação profissional. De acordo com Coscrato, Pina e Mello (2010), a troca de experiências envolve questões comportamentais que auxiliam na oralidade, além de promover medidas terapêuticas no intuito de envolver a interação entre o aprendiz e o público.

Atualmente, a prevenção de complicações mamárias e promoção da saúde podem se deparar com conflitos devido à diversidade cultural, estilo de vida, crenças, valores, desejos, opções, vivências, dentre outros aspectos da sociedade. Desse modo, para que as ações de educação em saúde tenham eficácia, é fundamental reconhecer os diferentes contextos culturais dos indivíduos envolvidos no processo, tais como, o seu conhecimento, a troca de experiência, suas necessidades e as diferentes histórias de cada um (SANTOS; PENNA, 2009).

Durante a intervenção, as orientações foram passadas de forma individual e coletiva para o público, sendo possível esclarecer as dúvidas da comunidade e ampliando a relação ensino-comunidade. Esse tipo de ação educativa é assertiva por possibilitar a informação correta na prática do aleitamento materno, uma vez que a falta de informação é uma das principais causas que levam ao desmame precoce (MONTRONE; FABBRO; BERNASCONI, 2009).

A comunidade teve a oportunidade de compreender a importância do fisioterapeuta para a manutenção postural, fator este que interfere diretamente no sucesso do aleitamento materno e, conseqüentemente, na saúde da mãe e do bebê. O posicionamento correto durante

a amamentação auxilia na manutenção do aleitamento materno contribuindo para o desenvolvimento adequado do bebê, além de diminuir dores, deformidades musculares e riscos de complicações mamárias na mãe, dentre elas podemos destacar o ingurgitamento mamário, diminuição da produção de leite, mastite e fissuras mamilares. Segundo Coca et al. (2009), o posicionamento adequado auxilia na pega correta e, conseqüentemente, promove a prevenção de lesões mamilares e dores musculares.

Os extensionistas demonstraram o posicionamento adequado em poltronas ao sentarem-se, mostrando como as mães deveriam apoiar a coluna e deixá-la ereta de forma confortável, com quadril e joelhos à 90° de flexão e pés em posição neutra e, se necessário, utilizando apoio para mantê-la na posição correta. A cabeça do bebê deve estar apoiada no braço da mãe e este, por sua vez, deve estar apoiado em uma almofada, o que contribui para a diminuição do peso da criança sobre os braços da lactante durante a amamentação (TOMÉ, 2008).

Na posição deitada lateralmente, a cabeça da mãe deve estar apoiada por travesseiros até a região do pescoço. Além disso, os sutiãs devem conter alças grossas e um número maior do que o normalmente utilizado devido ao aumento das mamas no período de lactação, pois ajuda na sustentação, melhora a postura e minimiza dores nas costas. Durante a amamentação, a boca do bebê deve cobrir completamente a aréola e o lábio inferior voltado para fora e para baixo, aliviando as vias respiratórias e favorecendo uma alimentação eficaz. Sendo assim, Tomé (2010) afirma que a posição e a utilização de sutiãs adequados contribuem para diminuição de dores e a manter a coluna ereta.

No Brasil, as taxas de aleitamento materno exclusivo estão baixas devido a posturas incorretas durante o ato de amamentar, levando ao aumento do desmame precoce. O posicionamento incorreto interfere diretamente no binômio mãe/bebê, no aparecimento de complicações mamárias, dores musculares, no desconforto para mãe e na alimentação insuficiente para o bebê, ocasionando muitas vezes o comprometimento da continuidade da amamentação. Nesse sentido, ações preventivas sobre o posicionamento correto contribuem para a minimização da dificuldade ao amamentar e conseqüentemente melhorar a qualidade de vida da mãe e do bebê (WEIGERT et al., 2005; COCA et al., 2009).

Nascimento et al. (2013) relatam que a decisão da gestante de amamentar ou não o bebê ocorre na maioria das vezes bem antes do parto, logo as orientações no pré-natal são essenciais para motivar o início e a efetividade do aleitamento materno. As atividades de educação em saúde surgem como alternativa para esclarecer a futura mãe sobre a importância do processo de lactação, mostrando os riscos sobre a alimentação artificial e o uso de mamadeiras e chupetas. No entanto, a orientação não deve impor a amamentação, mas tem como papel primordial informar as mães sobre as vantagens da realização deste ato.

Segundo o Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (CREFITO, 2010) a atuação do profissional fisioterapeuta se dá antes mesmo do nascimento do bebê, com a inspeção das mamas de forma a visualizar características como a pigmentação e o tipo de mamilo dentre outros aspectos. Após o nascimento, ainda na área intra-hospitalar, é importante orientar sobre as posições adequadas no momento da amamentação, prevenindo a má postura e as dores musculares, além de promover a reorganização postural e muscular das lactantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível observar a falta de informação sobre o posicionamento correto durante a amamentação na atividade de extensão promovida pela Liga Interdisciplinar de Saúde da Criança e também sobre a atuação do fisioterapeuta na diminuição dos quadros algícos, prevenção e tratamento das complicações mamárias. Portanto, é necessária a realização de mais atividades de educação em saúde para a comunidade, a fim de fortalecer o incentivo ao aleitamento materno e políticas públicas municipais que melhorem a assistência materna e infantil.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, A. R. R. et al. O manejo clínico da amamentação: saberes dos enfermeiros. *Esc. Anna Nery: Rev. Enferm.*, v. 19, n. 3, p. 439-445, 2015. doi: 10.5935/1414-8145.20150058.

BUENO, K. C. V. N. **A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para a promoção de saúde da mãe e do bebê.** 2013. 28 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Minas Gerais, Campos Gerais, 2013.

COCA, K. P. et al. A posição de amamentar determina o aparecimento do trauma mamilar? **Rev. Esc. Enf. USP**, São Paulo, v. 43, n. 2, p. 446-452, 2009. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342009000200026>.

CREFITO – Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. **O papel da fisioterapia no processo de amamentação.** 2010. Disponível em: <http://www.crefito8.org.br/site/index.php?option=com_content&view=article&id=187&Itemid=115>. Acesso em: 7 maio 2017.

COSCRATO, G.; PINA, J. C.; MELLO, D. F. Utilização de atividades lúdicas na educação de saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Acta Paul. Enfermagem**, São Paulo, v. 23, n. 2, 2010. doi: [10.1590/S0103-21002010000200017](http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002010000200017).

GALVÃO, D. G. Formação em aleitamento materno e suas repercussões na prática clínica. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v. 64, n. 2, mar.-abr. 2011. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672011000200014>.

GIUGLIANI, E. R. J. Problemas comuns na lactação e seu manejo. **J. Pediatria (Rio de Janeiro)**, Porto Alegre, v. 80, n. 5, nov. 2004. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0021-75572004000700006>.

LIMBERGER, J. B. Metodologias ativas de ensino-aprendizagem para educação farmacêutica: um relato de experiência. **Interface**, Santa Maria, v. 17, n. 47, p. 969-975, out.-dez. 2013. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1807-57622013.3683>.

LUCAS, F. D. **Aleitamento materno:** posicionamento e pega adequada do recém-nascido. 2014. 26 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Minas Gerais, Lagoa Santa, 2014.

MENEZES, L. S. H. et al. Dor relacionada à prática da amamentação

no puerpério imediato. **Fisioterapia Brasil**, Belém, v. 15, n. 2, p. 100-105, mar./abr. 2014.

MONTRONE, A. V. G.; FABBRO, M. R. C.; BERNASCONI, P. B. S. Grupo de apoio à amamentação com mulheres da comunidade: relato de experiência. **Revista APS**, v.12, n. 3, p. 357-362, jul.-set. 2009.

NASCIMENTO, V. C. et al. Associação entre as orientações pré-natais em aleitamento materno e a satisfação com o apoio para amamentar. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** [online], Recife, v. 13, n. 2, p. 147-159, 2013. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1519-38292013000200008>.

REAL, A. A. et al. **Papel da fisioterapia na promoção do aleitamento materno**. 2009. Disponível em: <<http://www.unifra.br/eventos/forumfisio/Trabalhos/5026.pdf>>. Acesso em: 6 maio 2017.

SANTOS, R.V.; PENNA, C. M. M. A educação em saúde como estratégia para o cuidado à gestante, puérperae ao recém-nascido. **Texto Contexto Enferm.**, Florianópolis, v. 18, n. 4, 2009. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072009000400006>.

SCHEIDEMANTEL, S. E.; KLEIN, R.; TEIXEIRA, L. I. A importância da extensão universitária: o projeto Construir. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA, 2., 2004, Belo Horizonte. **Anais...** 2004. Disponível em: <<https://www.ufmg.br/congrext/Direitos/Direitos5.pdf>>. Acesso em: 6 maio 2017.

SIQUEIRA, S. M. C. et al. Atividades extensionistas, promoção da saúde e desenvolvimento sustentável: experiência de um grupo de pesquisa em enfermagem. **Esc. Anna Nery: Rev. Enferm.**, , Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, p. 1-7, 2017. doi: <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20170021>.

TOMÉ, F. R. **O papel do fisioterapeuta na promoção do aleitamento materno**. 2008. 46 f. Monografia (Graduação em Fisioterapeuta) – Universidade Veiga de Almeida, Rio de Janeiro, 2008.

WEIGERT, E. M. L. et al. Influência da técnica de amamentação nas

frequências de aleitamento materno exclusivo e lesões mamilares no primeiro mês de lactação. **J. Pediatr. (Rio de Janeiro)**, Porto Alegre, v. 81, n. 4, p. 310-316, 2005. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0021-75572005000500009>.

Submetido em 15 de agosto de 2017.

Aprovado em 13 de novembro de 2017.