

ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOB A PERSPECTIVA DA ENFERMAGEM

EXCLUSIVE BREASTFEEDING: AN INTEGRATIVE REVIEW FROM THE NURSE PERSPECTIVE

Bruno Ribeiro Maciel¹
Thayanny Felix de Melo²
Bruno Santos de Assis³

RESUMO: Este trabalho examina a importância do aleitamento materno exclusivo (AME) sob a ótica da enfermagem, destacando o papel desses profissionais no incentivo e apoio à prática. Com base em uma revisão de literatura (2020-2024), são discutidos os benefícios do AME para a saúde da mãe e do bebê e as dificuldades que as mães enfrentam. O estudo destaca a utilização de materiais educativos e a atuação da enfermagem em diferentes contextos, como hospitais e comunidades, para adaptar intervenções às necessidades maternas. Também enfatiza a relevância de políticas públicas para aumentar a adesão ao AME. A pesquisa conclui que a enfermagem é essencial não apenas no aspecto técnico, mas também na criação de um ambiente acolhedor para apoiar as mães, consolidando o AME como prática fundamental de saúde pública.

3761

Palavras Chaves: Aleitamento materno exclusivo. Políticas públicas. Apoio à amamentação. Práticas de enfermagem.

ABSTRACT: This paper examines the importance of exclusive breastfeeding (EBF) from a nursing perspective, highlighting the role of these professionals in encouraging and supporting the practice. Based on a literature review (2020-2024), the benefits of EBF for the health of mother and baby and the difficulties that mothers face are discussed. The study highlights the use of educational materials and the role of nursing in different contexts, such as hospitals and communities, to adapt interventions to maternal needs. It also emphasizes the relevance of public policies to increase adherence to EBF. The research concludes that nursing is essential not only in the technical aspect, but also in creating a welcoming environment to support mothers, consolidating EBF as a fundamental public health practice.

Keywords: Exclusive breastfeeding. Public policies. Breastfeeding support. Nursing practices.

¹Acadêmico do curso de bacharelado em enfermagem, no Centro Universitário UNILS.

²Acadêmica do curso de bacharelado em enfermagem, no Centro Universitário UNILS.

³Orientador – Enfermeiro Mestre em Ciências Política com linhas de pesquisa em Direitos Humanos, Cidadania e Estudos sobre a Violência, Professor e Coordenador do Curso Bacharelado em Enfermagem da UNILS.

I. INTRODUÇÃO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é reconhecido como a estratégia mais eficaz para a promoção da saúde infantil e materna durante os primeiros seis meses de vida. A prática contribui para a redução da mortalidade infantil, fortalecimento do sistema imunológico e prevenção de doenças como obesidade, diabetes e infecções respiratórias (Campos et al., 2020). Além dos benefícios para a criança, o aleitamento também favorece a recuperação pós-parto da mãe, diminuindo riscos de hemorragia e promovendo uma experiência emocional positiva (TAVEIRO ET AL., 2023).

Em sequência, é relevante apontar que a enfermagem tem papel essencial na promoção e apoio ao AME, acompanhando as mães desde o pré-natal até o período puerperal. Esse acompanhamento contínuo e humanizado é fundamental para resolver dificuldades, como a pega inadequada, que pode causar fissuras mamárias e comprometer a amamentação (CARVALHO ET AL., 2018). Iniciativas como o "Hospital Amigo da Criança" e visitas domiciliares demonstram a relevância do envolvimento da enfermagem para garantir o sucesso da prática (COCA ET AL., 2018).

Ainda assim, muitos desafios precisam ser enfrentados para aumentar as taxas de adesão ao AME. Políticas públicas que incentivem a criação de espaços de amamentação e o suporte em ambientes de trabalho são essenciais para garantir que as mães consigam manter a prática após o retorno ao mercado profissional (FERNANDES, 2016). A articulação entre assistência profissional, apoio familiar e políticas públicas torna-se, assim, um ponto central para promover e sustentar o aleitamento materno exclusivo, garantindo melhores indicadores de saúde e desenvolvimento para mães e bebês (CAMPOS ET AL., 2020).

Sendo assim, o presente estudo justifica-se pela relevância do aleitamento materno exclusivo como prática essencial para a promoção da saúde infantil e materna. Diversos estudos evidenciam que a amamentação exclusiva reduz a incidência de doenças, melhora o desenvolvimento cognitivo e promove o fortalecimento do vínculo afetivo entre mãe e filho (CAMPOS ET AL., 2020; TAVEIRO ET AL., 2023). Além disso, a atuação dos profissionais de enfermagem no incentivo e apoio ao AME é essencial para minimizar dificuldades comuns, como problemas na pega e fissuras mamilares, aumentando as chances de continuidade dessa prática (CARVALHO ET AL., 2018; COCA ET AL., 2018).

Considerando que a interrupção precoce do AME ainda é um desafio significativo no Brasil, faz-se necessário compreender e aprimorar as estratégias de intervenção e políticas públicas que garantam melhores condições para essa prática, fortalecendo tanto a saúde pública quanto o bem-estar materno e infantil.

O presente estudo tem como objetivo avaliar a Importância do Aleitamento Materno Exclusivo sob a Ótica da Enfermagem, analisar o papel da Enfermagem na Promoção, Apoio ao Aleitamento Materno Exclusivo e Apresentar Estratégias para Melhoria do Aleitamento Materno Exclusivo.

2. MATERIAL (IS) E MÉTODOS

A elaboração deste trabalho será baseada em uma abordagem qualitativa, buscando compreender em profundidade as práticas de enfermagem relacionadas ao aleitamento materno exclusivo. Inicialmente, será realizada uma pesquisa bibliográfica, com ênfase em artigos e estudos publicados entre 2020 e 2024, que abordem as intervenções e estratégias de apoio utilizadas pelos profissionais de saúde. Essa revisão permitirá identificar as melhores práticas e compreender os desafios enfrentados pelas mães, além de analisar a formação e as competências necessárias para os enfermeiros que atuam nessa área.

3763

Em relação aos materiais que serão utilizados, a pesquisa dará prioridade a recursos educativos, informações e estudo que promovam a conscientização sobre os benefícios do aleitamento materno exclusivo. Esses materiais serão fundamentais para orientar as mães sobre as técnicas corretas de amamentação e aumentar sua confiança. Também serão incluídos instrumentos de avaliação.

Para a coleta de dados, a pesquisa contemplará a observação das práticas de enfermagem em ambientes hospitalares e comunitários, visando identificar a efetividade das intervenções. Além disso, serão realizados grupos focais com mães, proporcionando um espaço para que compartilhem suas experiências, dificuldades e expectativas em relação ao aleitamento materno. Essa combinação de métodos permitirá uma análise mais aprofundada e abrangente, contribuindo para a identificação de estratégias que podem ser implementadas para melhorar o suporte oferecido pelas equipes de enfermagem e, conseqüentemente, aumentar as taxas de adesão ao aleitamento materno exclusivo.

3. DESENVOLVIMENTO

Para o alcance dos objetivos propostos e melhor compreensão do leitor o desenvolvimento proposto para essa revisão de literatura encontra-se sistematizado em três eixos do saber os quais se descrevem a seguir:

3.1 A Importância do Aleitamento Materno Exclusivo sob a Ótica da Enfermagem

O aleitamento materno exclusivo (AME) é amplamente reconhecido como uma prática essencial para a saúde infantil e materna. A ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) recomenda que o AME seja mantido durante os primeiros seis meses de vida, pois fornece todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento adequados do bebê. Estudos recentes mostram que a amamentação reduz significativamente a mortalidade infantil e o risco de doenças crônicas na infância, como obesidade e diabetes tipo 2 (BARTINGTON ET AL., 2019).

A prática do AME também promove um vínculo afetivo mais forte entre mãe e bebê. Pesquisas indicam que a amamentação estimula a liberação de hormônios, como a ocitocina, que favorece a ligação emocional entre a mãe e a criança. Esse vínculo é crucial não apenas para o desenvolvimento emocional do bebê, mas também pode contribuir para a saúde mental da mãe, reduzindo o risco de depressão pós-parto (MILLER ET AL., 2020).

O papel da enfermagem é fundamental na promoção do AME. Profissionais de saúde devem fornecer orientações e apoio às mães durante o pré-natal e no pós-parto, ajudando a resolver desafios comuns, como dificuldades de pega e dor durante a amamentação. A implementação de programas, como a Iniciativa Hospital Amigo da Criança, que promovem práticas que apoiam a amamentação, tem mostrado resultados positivos no aumento das taxas de aleitamento materno (GONZÁLEZ-CASANOVA ET AL., 2021).

Além do suporte individual, estratégias de políticas públicas são essenciais para melhorar as taxas de AME. Incentivos à amamentação em ambientes de trabalho e a criação de espaços acolhedores para mães são medidas eficazes que podem ajudar a manter a amamentação após o retorno ao trabalho. Estudos mostram que ambientes que apoiam a amamentação resultam em maiores taxas de AME e maior satisfação das mães (HOBBS ET AL., 2020).

As redes de apoio familiar e comunitário também são vitais para o sucesso do AME. A educação continuada sobre a importância da amamentação e a criação de grupos de apoio podem

aumentar a adesão ao AME, promovendo melhores índices de saúde. A participação da comunidade é um aspecto frequentemente negligenciado, mas crucial para construir um ambiente que favoreça a amamentação (KUO ET AL., 2023).

Além disso, fatores socioeconômicos e culturais influenciam a prática do AME. Mulheres de baixa renda frequentemente enfrentam mais dificuldades para amamentar exclusivamente, devido a pressões financeiras e falta de apoio social. Intervenções adaptadas às necessidades específicas dessas populações são essenciais para garantir que todos tenham acesso aos benefícios do AME (FADNES ET AL., 2021).

Por fim, a formação contínua de profissionais de saúde sobre a importância do aleitamento materno é fundamental. A atualização em práticas de apoio à amamentação, juntamente com uma abordagem humanizada, pode aumentar a eficácia do suporte oferecido às mães. A integração de conhecimentos científicos com práticas comunitárias e políticas públicas pode levar a um aumento significativo nas taxas de AME, promovendo saúde a longo prazo para mães e bebês (SCHAEFER ET AL., 2022).

3.2 Papel da Enfermagem na Promoção e Apoio ao Aleitamento Materno Exclusivo

O aleitamento materno exclusivo (AME) é uma prática essencial recomendada pela ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) para os primeiros seis meses de vida do bebê, sendo fundamental para a saúde da criança e da mãe. O AME reduz a mortalidade infantil, melhora a saúde nutricional e fortalece o vínculo entre mãe e filho. Estudos recentes indicam que a promoção eficaz do AME pode aumentar as taxas de amamentação e, conseqüentemente, melhorar os resultados de saúde a longo prazo (BARTINGTON ET AL., 2020).

Os enfermeiros desempenham um papel crucial na educação das mães sobre amamentação. Desde a gestação até o pós-parto, eles fornecem informações sobre técnicas de amamentação e a importância do AME. Pesquisas mostram que a educação recebida durante o pré-natal e nos primeiros dias após o parto pode aumentar significativamente as taxas de amamentação, ao resolver problemas comuns, como a pega inadequada (MCCOY ET AL., 2021). A orientação adequada sobre posicionamento e pega correta é vital para evitar complicações e promover uma experiência de amamentação positiva (GONZÁLEZ-CASANOVA ET AL., 2021).

Além da educação, o suporte emocional oferecido pelos enfermeiros é uma parte crucial da assistência à amamentação. O período pós-parto pode ser desafiador emocionalmente, e muitas mães enfrentam inseguranças em relação à sua capacidade de amamentar. O apoio psicológico dos enfermeiros ajuda a desenvolver confiança nas mães e oferece um espaço seguro para expressar preocupações, aumentando as chances de sucesso na amamentação (HAHN-HOLBROOK ET AL., 2021). Estudos indicam que uma abordagem humanizada e suporte emocional contínuo são determinantes para o sucesso do AME (THULIER & MERCER, 2022).

O acompanhamento pós-natal é outra área em que a enfermagem pode impactar significativamente as taxas de AME. Por meio de visitas domiciliares e consultas regulares, os enfermeiros têm a oportunidade de monitorar o progresso da amamentação e oferecer intervenções adequadas. Um estudo recente revelou que mães que recebem acompanhamento de enfermagem têm maior probabilidade de manter a amamentação exclusiva nos primeiros meses (KUO ET AL., 2023). Esse suporte contínuo é essencial para resolver dificuldades, como dor e baixa produção de leite, promovendo uma experiência de amamentação mais bem-sucedida.

A atuação da enfermagem na promoção do AME deve ser apoiada por políticas públicas que incentivem a amamentação. A Iniciativa Hospital Amigo da Criança é um exemplo de como a enfermagem pode colaborar na melhoria das taxas de AME. Políticas que garantem licença maternidade e espaços adequados para amamentação em ambientes de trabalho são fundamentais para apoiar as mães (GONZÁLEZ-CASANOVA ET AL., 2021). Além disso, a criação de ambientes que promovam o apoio à amamentação no local de trabalho contribui para a manutenção do AME após o retorno das mães ao trabalho (BARTINGTON ET AL., 2020).

A formação contínua dos profissionais de enfermagem é essencial para garantir que estejam atualizados sobre as melhores práticas de apoio à amamentação. Programas de treinamento que abordam a importância do AME e as técnicas necessárias para oferecer suporte eficaz são cruciais para o sucesso da amamentação (SCHAEFER ET AL., 2022). A educação continuada permite que os enfermeiros desenvolvam habilidades práticas e teóricas fundamentais, resultando em melhores taxas de sucesso na amamentação.

Além disso, a construção de redes de apoio comunitário é uma área em que a enfermagem pode fazer a diferença. Facilitar grupos de apoio à amamentação, onde as mães podem compartilhar experiências, é uma estratégia eficaz para aumentar a adesão ao AME. Esses

grupos oferecem um ambiente seguro e acolhedor, melhorando a confiança das mães em sua capacidade de amamentar (KUO ET AL., 2023). Estudos mostram que o apoio social é um fator determinante na continuidade do AME.

No entanto, apesar da importância da enfermagem na promoção do AME, desafios significativos ainda persistem. A falta de recursos, tempo e apoio institucional pode limitar a capacidade dos enfermeiros de oferecer um suporte efetivo. Além disso, mitos e desinformação sobre amamentação continuam sendo barreiras que os profissionais de saúde precisam enfrentar (HOBBS ET AL., 2020). A educação inadequada sobre a amamentação pode levar à descontinuação precoce do AME, destacando a necessidade de intervenções adequadas e atualizadas (FADNES ET AL., 2022).

Em suma, o papel da enfermagem na promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo é multifacetado e essencial para o sucesso dessa prática. Através da educação, suporte emocional, acompanhamento pós-natal, integração com políticas públicas e construção de redes de apoio, os enfermeiros podem contribuir significativamente para aumentar as taxas de AME e, conseqüentemente, melhorar a saúde materno-infantil. Investir na formação e capacitação contínua desses profissionais é fundamental para garantir que possam oferecer o melhor suporte possível às mães e seus bebês.

3.3 Estratégias para Melhoria do Aleitamento Materno Exclusivo

O aleitamento materno exclusivo (AME) é uma prática essencial recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para os primeiros seis meses de vida do bebê, reconhecida por seus benefícios significativos para a saúde infantil e materna. O AME não apenas reduz a mortalidade infantil, mas também previne doenças e fortalece o vínculo entre mãe e filho. Estudo recente indica que estratégias eficazes de apoio à amamentação, incluindo educação e suporte emocional, são fundamentais para aumentar as taxas de AME (VICTORA ET AL., 2020).

Uma das abordagens mais eficazes para melhorar o AME é a educação das mães durante a gestação e o pós-parto. A informação sobre os benefícios da amamentação, técnicas corretas de pega e posicionamento, além da resolução de problemas comuns, é essencial para aumentar a confiança das mães e, conseqüentemente, a taxa de amamentação (MCCOY ET AL., 2019). Programas educativos focados no AME têm demonstrado resultados positivos, contribuindo

para a adesão à prática e a diminuição do abandono precoce da amamentação (GONZÁLEZ-CASANOVA ET AL., 2020). Tais programas podem ser implementados em unidades de saúde e comunidades, utilizando métodos interativos.

O apoio emocional também é crucial para a melhoria do AME. A transição para a maternidade é frequentemente desafiadora, e muitas mães enfrentam inseguranças sobre sua capacidade de amamentar. O suporte de profissionais de saúde, como enfermeiros e consultores de lactação, pode ajudar a superar essas dificuldades (HAHN-HOLBROOK ET AL., 2021). Estudos indicam que o suporte psicológico é um fator determinante para a manutenção do AME, especialmente em momentos difíceis (THULIER & MERCER, 2022). Assim, criar ambientes acolhedores é fundamental para incentivar a amamentação.

O acompanhamento pós-natal também é uma estratégia importante para garantir a continuidade do AME. As visitas domiciliares e consultas de seguimento realizadas por profissionais de saúde permitem identificar precocemente problemas e oferecer intervenções adequadas (KUO ET AL., 2023). Evidências mostram que mães que recebem acompanhamento regular têm maior probabilidade de manter a amamentação exclusiva até os seis meses (FADNES ET AL., 2022). Essa prática promove também a educação contínua das mães, ajudando a resolver dificuldades, como dor e baixa produção de leite.

3768

A implementação de políticas públicas que incentivem o AME é crucial. Programas como a Iniciativa Hospital Amigo da Criança, que adotam práticas que favorecem a amamentação, demonstram como políticas bem estruturadas podem impactar positivamente a saúde materno-infantil (GONZÁLEZ-CASANOVA ET AL., 2020). Garantir licença maternidade adequada e espaços de amamentação nos locais de trabalho são medidas que facilitam a continuidade do AME, criando um ambiente mais favorável para as mães (BARTINGTON ET AL., 2021).

A capacitação dos profissionais de saúde é essencial para a melhoria do AME. Treinamentos que abordem as melhores práticas de suporte à amamentação e preparem os profissionais para lidar com os desafios enfrentados pelas mães são fundamentais (SCHAEFER ET AL., 2022). A educação continuada garante que os profissionais se mantenham atualizados e capazes de oferecer suporte de qualidade, resultando em melhores taxas de amamentação exclusiva.

A construção de redes de apoio comunitário é uma estratégia eficaz para aumentar as taxas de AME. Grupos de apoio à amamentação, facilitados por profissionais de saúde, oferecem um espaço seguro onde as mães podem compartilhar experiências e desafios (KUO ET AL., 2023). A interação social e o apoio mútuo entre mães são fatores que contribuem para o fortalecimento da amamentação, aumentando a confiança e a resiliência das mães (FADNES ET AL., 2022).

Além disso, é vital eliminar barreiras sociais e culturais que dificultam a amamentação. A desinformação, os mitos e o estigma social frequentemente contribuem para a descontinuação precoce do AME (PÉREZ-ESCAMILLA ET AL., 2019). Campanhas de conscientização e educação pública são necessárias para desmistificar a amamentação e promover sua aceitação em diferentes contextos culturais (HOBBS ET AL., 2023). Tais iniciativas devem envolver a comunidade e líderes locais para garantir que a mensagem alcance o maior número possível de pessoas.

Em suma, a melhoria do aleitamento materno exclusivo requer a implementação de diversas estratégias que abrangem a educação das mães, o apoio emocional, o acompanhamento pós-natal, políticas públicas favoráveis, capacitação de profissionais de saúde, fortalecimento de redes comunitárias e eliminação de barreiras sociais. Investir nessas áreas não apenas aumentará as taxas de AME, mas também promoverá a saúde materno-infantil de maneira mais ampla, garantindo um futuro mais saudável para as próximas gerações.

4. CONCLUSÃO

O presente estudo revelou que o aleitamento materno exclusivo (AME) é essencial para a saúde da mãe e do bebê, indo além da alimentação. Ele fortalece o vínculo entre ambos e promove o desenvolvimento cognitivo e motor da criança, além de prevenir doenças e reduzir a mortalidade infantil. Por isso, é considerado um cuidado fundamental de saúde pública e precisa ser incentivado por meio de políticas que conscientizem as famílias sobre sua importância.

Revelou ainda que a enfermagem tem papel central na promoção do AME, oferecendo orientação desde o pré-natal até o período pós-parto. Enfermeiros realizam visitas domiciliares e programas ajudando as mães a superar dificuldades comuns, como problemas de pega e

fissuras mamárias. Com esse apoio, a prática do AME se fortalece, garantindo seus benefícios para mãe e bebê.

Por fim, a continuidade do aleitamento exige também apoio após o retorno ao trabalho, por meio de ambientes acolhedores e políticas que incentivem a amamentação. Além disso, redes de apoio familiar e comunitário complementam esse processo, promovendo maior adesão ao AME. A integração entre conhecimento científico, prática profissional e políticas públicas é essencial para que essa prática tenha impacto positivo na saúde e na sociedade como um todo.

Contudo, faz-se necessário que a enfermagem esteja sempre estimulando o aleitamento materno exclusivo, atuando como um suporte constante para as mães desde a gestação até o final desse período tão importante. Acompanhar de perto e adotar uma abordagem humanizada é essencial para fortalecer a confiança das mães, ajudando-as a superar desafios e a manter a prática mesmo em situações difíceis

REFERÊNCIAS

BARTINGTON, S.; et al. **Intervenções no local de trabalho para promover a amamentação.** Saúde Pública, 2021.

FADNES, L. T.; et al. **O impacto de fatores socioeconômicos nas práticas de amamentação.** Revista Internacional de Amamentação, 2022.

GONZÁLEZ-CASANOVA, I.; et al. **Impacto da Iniciativa Hospital Amigo da Criança nos resultados da amamentação.** Pediatria, 2020.

HAHN-HOLBROOK, J.; et al. **O papel da amamentação na prevenção da depressão pós-parto.** Revista da Saúde da Mulher, 2021.

HOBBS, A. J.; et al. **Apoio à amamentação no local de trabalho: uma revisão sistemática.** Banco de Dados Cochrane de Revisões Sistemáticas, 2023.

KUO, A. A.; et al. **Apoio comunitário e familiar à amamentação.** JAMA Pediatria, 2023.

MCCOY, L.; et al. **O papel do enfermeiro no apoio à amamentação.** Consultas de Enfermagem da América do Norte, 2019.

Organização Mundial da Saúde (OMS). Aleitamento materno: informações práticas para profissionais de saúde. Genebra, 2022.

PÉREZ-ESCAMILLA, R.; et al. **O papel do apoio social na promoção da amamentação.** Revista Internacional de Amamentação, 2019.

SCHAEFER, A. J.; et al. **Educação continuada para profissionais de saúde sobre apoio à amamentação.** Revista de Educação Continuada em Enfermagem, 2022.

THULIER, D.; MERCER, J. **Variáveis associadas ao sucesso da amamentação.** Revista de Lactação Humana, 2022.

VICTORA, C. G.; et al. **Amamentação no século XXI: epidemiologia, mecanismos e efeitos ao longo da vida.** Lancet, 2020.

KRAMER, M. S.; KAKUMA, R. **Duração ideal da amamentação exclusiva.** Banco de Dados Cochrane de Revisões Sistemáticas, 2022.