SAÚDE MATERNA NO ALEITAMENTO: INDIVIDUALIDADE

NEIDJA CRISTINE SILVESTRE LEITÃO

RESUMO

É tarefa árdua que se encontra em constante construção o reconhecimento da criança como ser biopsicossocial, com direitos constituídos em nosso ordenamento, como o direito à assistência à saúde, tão pertinente e necessário a este grupo social. As transformações palpáveis para este público ocorreram após a conscientização da sociedade e dos governantes, através da instituição de políticas públicas direcionadas, investimentos e práticas educativas. Dentre as políticas de cuidado consideradas fundamentais para o desenvolvimento da criança destaca-se o aleitamento materno, cuja relevância cientificamente validada foi responsável pela promoção do cuidado e desenvolvimento de uma consciência para necessidade desta prática. Neste contexto, este trabalho busca refletir sobre os pontos positivos e negativos do aleitamento materno, considerando de modo especial a questão emocional das mulheres-mães. É fato que, se por um lado temos o incentivo à amamentação, com normas jurídicas que abrangem os diversos aspectos benéficos, com formulação de estratégias e ações para o pleno crescimento e desenvolvimento saudável da criança, por outro, é claramente negligenciado o apoio e estrutura necessários para o acolhimento de mulheres que, por diferentes razões, não abraçam a amamentação. Para tanto, a metodologia aplicada foi a revisão bibliográfica, utilizando para isto livros sobre o tema, artigos, normas e portarias. Conclui-se que se faz necessário avaliar e debater o que podemos mudar para que mais mulheres possam abraçar o aleitamento como direito natural e desfrutar desta vivência como parte de sua jornada, e para diminuir o efeito de cobranças sociais e institucionais compulsórias que chegam a afetar a saúde mental. Para isto, uma abordagem mais inclusiva e humanística parece ser evidentemente necessária.

Palavras-chave: Amamentação; Saúde da mulher; Saúde Emocional; SUS.

1 INTRODUÇÃO

A criança nem sempre foi vista como sujeito de direitos em nossa sociedade. Pelo contrário, sofria com a exploração de seu trabalho e com abusos que ainda persistem até os dias atuais. Sendo assim, por muitos anos elas foram vistas sob a mesma ótica que um adulto, sem as preocupações que tangenciam os ciclos de desenvolvimento e crescimento, sem percepções pela esfera familiar ou mesmo pelo Estado.

A evolução das leis neste sentido foi lenta e, no Brasil, por exemplo, em 1927, a primeira normatização a fazer referência às crianças teve forte natureza tuteladora e controladora, sendo vista como um instrumento de intervenção. Este era o Código de Menores ou Código Mello Mattos. Posteriormente surgiu a Lei Federal n.º 8.069/1990, conhecida como Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), tornando-se o marco dos direitos humanos de crianças e adolescentes no Brasil, tendo por base a proteção integral à criança, enfatizando o dever da família e do Estado em assegurar prioridade absoluta à saúde,

DOI: 10.51161/conasf2024/30868

alimentação, educação, lazer, esporte, profissionalização, cultura, dignidade, respeito, liberdade e convivência familiar e comunitária (BRASIL, 1990).

É tarefa árdua que se encontra em constante construção o reconhecimento da criança como ser biopsicossocial, com direitos constituídos em nosso ordenamento, como o direito à assistência à saúde, tão pertinente e necessário a este grupo social. As transformações palpáveis para este público ocorreram após a conscientização da sociedade e dos governantes, através da instituição de políticas públicas direcionadas, investimentos e práticas educativas (KALOUSTIAN, 1994).

Dentre as políticas de cuidado consideradas fundamentais para o desenvolvimento da criança destaca-se o aleitamento materno, que nem sempre foi considerado espontâneo ou mesmo uma forma de carinho relacionado à imagem da mãe. As mulheres nem sempre amamentavam ao seio, o que provavelmente está interligado a um olhar diferenciado para a infância nas diversas conjunturas que permeiam esse assunto na sociedade, sejam elas culturais, de crenças ou ainda do contexto histórico (GOMES, 2016).

A validação científica sobre a relevância do leite materno é relativamente recente na história da humanidade. Tal validação foi responsável pela promoção do cuidado e desenvolvimento de uma consciência para necessidade de aleitamento no seio materno, conforme enfatiza a World Heath Organization (WHO) ou Organização Mundial de Saúde (OMS). Uma das primeiras publicações referentes ao assunto foi o estudo publicado pela WHO, denominado *Contemporary Patterns of Breast-feeding*, de 1981, tratando-se de uma avaliação sobre os padrões de amamentação em grupos populacionais distintos.

> *"Para todos os mamíferos, o ciclo reprodutivo inclui tanto a gestação quanto a amamentação; na ausência dessa, nenhuma espécie – nem sequer a humanidade – teria sobrevivido" (WHO, 1981).*

Em 1981, o Ministério da Saúde instituiu o Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno (PNIAM), antes mesmo da criação do nosso Sistema Único de Saúde (SUS), ocorrida em 1988. O PNIAM teve papel importante pela diversidade de ações promovidas com foco na amamentação: validação de normas jurídicas, proteção do aleitamento materno, treinamento de profissionais de saúde, material educativo, vigilância de propagandas bebidas lácteas artificiais, grupos de apoio ao aleitamento materno, etc. (BRASIL, 1991).

Já em 2008, pela Portaria n.º 2.799, houve a regulamentação da estratégia sobre aleitamento na atenção básica de saúde – Rede Amamenta Brasil (BRASIL, 2008). Houve grande empenho para tal implantação, graduando-se tutores das SES – Secretarias Estaduais de Saúde – com objetivo de estruturar o crescimento da estratégia no cenário municipal, sendo estes, por meio de capacitação profissional, responsáveis por instituir e implementar diretamente ações de incentivo à amamentação.

Com relação aos estudos desenvolvidos com essa abordagem, foi possível verificar a propaganda maciça dos aspectos positivos do aleitamento materno. O Ministério da Saúde, por exemplo, afirma que há vários benefícios para ambos – mãe e criança: aumento da imunidade, fácil digestão, prevenção de doenças, alimentação gratuita, etc. Por outro lado, ROCHA et al. (2018) destaca aspectos negativos que permeiam a amamentação que vão do esgotamento físico e mental à auto cobrança.

Este trabalho de revisão bibliográfica busca refletir sobre o aleitamento materno, os pontos positivos e negativos, considerando de modo especial a questão emocional das mulheres-mães. Haja vista que enfatizar os claros benefícios da amamentação não significa deixar de lado as dores físicas e emocionais de mães, que muitas vezes não encontram uma rede de apoio em caso de não terem condições para seguir o caminho do aleitamento.

2 METODOLOGIA

DOI: 10.51161/conasf2024/30868

O presente trabalho de pesquisa trata-se de revisão de bibliográfica, que foi elaborado em etapas. A primeira contemplou uma busca por meio da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). A busca dos estudos ocorreu a partir dos descritores: "Amamentação" e "Saúde mental", "mãe", "depressão". Foi adotada a expressão booleana 'AND'. Os critérios utilizados para inclusão do material acessado ao estudo foram: disponibilidade *on line* do texto completo, últimos 10 anos e idioma português. Foram excluídas teses mestrado e doutorado e textos fora do contexto a ser debatido. O trabalho conta também com portarias e leis provenientes diretamente do site oficial do nosso governo, livros, inclusive estrangeiros, com foco em amamentação e maternidade.

3 DISCUSSÃO

No início do século XX os compostos lácteos artificiais eram amplamente divulgados como alternativa à alimentação das crianças, seja por dificuldades de aleitamento por parte da mãe, óbito, doenças, etc. A princípio, essas fórmulas foram vistas como um avanço promissor da ciência, o que é uma verdade, mas o consumo exagerado e indistinto acarretou desvantagens à medida que era difundida a cultura de que o leite materno não era suficientemente forte para um desenvolvimento saudável da criança (GOMES et al., 2016).

Evidentemente, não é possível esconder o interesse das grandes indústrias em vender e propagar o produto, promovendo assim um crescente aumento de lucros - afinal, segundo dados do Banco Mundial de 2023, são cerca de 133 milhões de nascimentos por ano, em todo mundo.

Segundo GOMES et. al. (2016), os debates sobre aleitamento materno no Brasil evoluíram lentamente e de maneira isolada. Enquanto isso, no início da década de 70, organizações internacionais, como a OMS e UNICEF (Fundo das Nações Unidas para Infância) já promoviam reuniões, estratégias e relatórios relacionando meios de promoção da saúde, nutrição e alimentação de qualidade para crianças.

Em 1981, antes mesmo da instituição do Sistema Único de Saúde (SUS), o Ministério da Saúde lançou o Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno (PNIAM), com objetivo de elevar o predomínio da amamentação nos 6 primeiros meses de vida, diminuir a morbimortalidade e melhorar a qualidade de vida dos infantes (BRASIL, 1981). Após mais de 40 anos de sua criação, o Ministério da Saúde destaca a evolução crescente do programa de aleitamento no Brasil: em 1986 a porcentagem de crianças até os 6 meses de idade alimentadas exclusivamente com leite materno estava em torno de 3%, já em 2008 chegou a 41%, e em 2021 atingiu 46%.

A OMS estipula que até 2025 a meta de 50% seja atingida sendo que o Brasil se destaca não só pela curva crescente em nosso território, mas também pelo conjunto de ações implementadas que visam alavancar os números já atingidos (VICTORA et al., 2016). As estratégias para efetivar o objetivo envolvem desde o treinamento de profissionais da saúde, formação de grupos de apoio à amamentação nas unidades de saúde, divulgação de campanhas pró aleitamento, vigilância das divulgações referentes a compostos artificiais, até ações de educação em saúde da criança (BRASIL, 2019).

Os benefícios da amamentação exclusiva para a criança, enfatizados pelo Ministério da Saúde, englobam a prevenção da morbimortalidade, a prevenção de doenças, infecções, melhora do crescimento e do desenvolvimento, além de fácil ingestão, gratuidade e praticidade. Já para a mãe sobressaem: a recuperação do peso, redução dos riscos de hemorragia pós-parto, redução de risco de desenvolver doenças como diabetes tipo 2, hipercolesterolemia, hipertensão, câncer de mama, ovário e do endométrio (FILHO, 2020).

Quadro I: Benefícios do aleitamento materno

Benefícios para o Lactente	*Benefícios para mãe*

DOI: 10.51161/conasf2024/30868

Previne a morbimortalidade	Recuperação do peso
Desenvolve o sistema imune	Redução de risco de hemorragia pós parto
Proteção de doenças	Redução de risco de desenvolver algumas doenças (diabetes tipo 2, colesterol alto, hipertensão, câncer de mama, câncer de ovário e endométrio)
Fácil digestão	Economia na alimentação e praticidade
Melhor crescimento e desenvolvimento	Vínculo mãe-filho

Fonte: a autora a partir do Ministério da Saúde (2023)

É fato que, se por um lado temos o incentivo à amamentação, com normas jurídicas que abrangem os diversos aspectos benéficos, com formulação de estratégias e ações para o pleno crescimento e desenvolvimento saudável da criança, por outro, é claramente negligenciado o apoio e estrutura necessários para o acolhimento de mulheres que, por diferentes razões, não abraçam a amamentação. Este grupo fica à margem do sistema de saúde, que não está preparado e estruturado para receber e acolher com a mesma eficiência, estratégias e ações.

Em estudo realizado por ROCHA et. al. (2018), envolvendo mulheres nutrizes, destacaram-se como vivências negativas relatadas por elas: dor, infecções mamárias, cansaço, demanda constante, desajustes em suas vidas pela constância do ato, complexidade de manejo do aleitamento, auto cobrança, autoestima baixa e alterações emocionais. Para FUJIMORI et. al. (2018), dentre os contratempos do aleitamento, tanto os transtornos da mama quanto o manejo são os obstáculos mais comuns que influenciam para a continuidade desse processo.

Dado que essas vivências muitas vezes dificultam decisivamente o prolongamento do ato de amamentar, é extremamente importante levá-las em conta de maneira eficaz dentro dos programas de incentivo ao aleitamento materno (KENDALL-TACKETT (2017). Este é um desafio a ser enfrentado dentro do contexto de acolhimento, tão necessário e referenciado pelo modelo biopsicossocial da área da saúde. Verdade é que colocar em prática o Método Clínico Centrado na Pessoa - amplamente difundido na medicina moderna - significa construir acolhimento que permita integrar as preocupações e necessidades do indivíduo, além, de considerar o contexto de vida da pessoa assistida (PORTO et. al., 2019). Esta deveria ser a premissa para um atendimento mais humanístico e tão necessário ao nosso sistema de saúde.

ALMEIDA e NOVAK (2004), ressaltam que embora haja uma política de promoção do aleitamento, o panorama não contempla a ótica da mulher. Os serviços da área da saúde não parecem estar preparados para dar auxílio às expectativas das mães nessa fase.

Um estudo de BORRA, IACOVOU e SEVILLA, publicado no livro *Maternal and Child Health*, por KENDALL-TACKETT (2017), afirma que para uma criança saudável é necessária uma mãe saudável, sendo imprescindível que as mulheres sintam- se confiantes ao longo do aleitamento, até decidirem a hora de parar. Esta decisão deve caber somente ao indivíduo e ser livre de culpas ou julgamentos.

WOLFARTH (2023), em seu livro *Milk: an intimate history of breastfeeding* traz seu relato pessoal sobre os contrapontos entre o sonho inicial de amamentar o seu filho e a realidade vivenciada. O relato sensível da autora deixa claro que, embora ela tivesse o desejo de alimentar o bebê exclusivamente com leite materno, tivesse assistido a palestras sobre amamentação antes do nascimento do filho (cujos discursos eram "rígidos" e enfáticos sobre aleitamento exclusivamente materno), e tivesse feito a leitura de diversos textos sobre o assunto previamente, nada disso foi suficiente para amenizar as espectativas e angústias, diminuir a sensação de culpa ou auxiliá-la nessa tarefa.

De mais a mais, é indiscutível o avanço dos programas, ações, diretrizes e normas jurídicas sobre aleitamento materno em nosso país, mas parece evidente que os mesmos avanços e cuidados não foram pensados, formulados e estruturados para contemplar também

DOI: 10.51161/conasf2024/30868

as nutrizes, que não se inserem nesta mesma prescrição. Onde buscar auxílio? Quais programas, grupos de apoio e ações envolvem o bem-estar mental das nutrizes para que trabalhem as questões da culpa, auto-estima, cobrança e angústias?

Enriquecedor seria reavaliar o tratamento disponibilizado às gestantes, mantendo as orientações sobre os aspectos benéficos do aleitamento, mas integrando as escolhas e a saúde, inclusive mental, da mulher (KENDALL-TACKETT, 2017).

4 CONCLUSÃO

É incontestável a relevância do aleitamento materno e todos os benefícios provenientes, tanto para criança quanto para a mãe. Para as nutrizes que o desejam e conseguem executá-lo, não faltam iniciativas de promoção ao aleitamento, apoio nas unidades de saúde para técnicas de manejo, grupos de apoio, orientações médicas e governamentais. Todas essas ações são essenciais.

Entretanto, cabe avaliar e debater o que podemos mudar para que mais mulheres possam abraçar a aleitamento como direito natural e desfrutar dessa vivência como parte de sua jornada, sem cobranças sociais e institucionais compulsórias que chegam a afetar a saúde mental.

Uma abordagem mais inclusiva e humanística, em que a tomada de decisão reflita o olhar da mulher-mãe, a reconheça e a respeite, parece ser evidentemente necessária. Afinal, sobram questionamentos: Quando o instinto foi substituído pela prescrição? As decisões são impostas pelo comportamento social ou são minhas como mãe e mulher?

Cabe lembrar alguns princípios básicos de nosso sistema de saúde público: universalidade, integralidade e equidade. Princípios garantidos em nossa Constituição Federal, que devem circundar e estruturar o nosso sistema de tal forma que todos os cidadãos, sem discriminação, tenham direito às ações e serviços de saúde. Neste sentido, a discriminação e violência contra às mulheres podem estar camufladas de diferentes maneiras, inclusive na falta de apoio e estrutura dos serviços de saúde para as que não se encaixam na política de aleitamento (por motivos diversos), na ausência da promoção da saúde mental pré e pós natal, em atendimentos de saúde materna que não apresentam olhar integralizado e humanístico.

Por fim, esse artigo é importante na medida que propõe reflexão e debate sobre a necessidade de políticas mais inclusivas para esse grupo de mulheres que estão à margem do sistema de saúde, por abdicarem do aleitamento, por razões diferenciadas e não menos importantes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. A. G. NOVAK, F. R.. **Amamentação: um híbrido natureza-cultura**. Rio de Janeiro, RJ: FIOCRUZ, 80:119-25, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria GM/MS nº 42, de 13/2/1981 e nº 198, de 2 de setembro de 1981**- PNIAM. Disponível em < https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/bases_discussao_politica_aleitamento_mate rno.pdf >Acesso: 14 set. 2023.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.** Disponível em < https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm > Acesso: 17 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990**. Brasília, 1990.

Disponível em < https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm#:~:text=Art.%207%C2%BA%20A%20crian%C3%A7a%20e, em%20condi%C3%A7%C3%B5es%20dignas%20de%20exist%C3%AAncia >Acesso: 22 set. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 1.920, de 5 de setembro de 2013**. Institui Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil. Brasília, 2013. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/ saudelegis/gm/2013/prt1920_05_09_2013.html Acesso: 14 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria no 2.799 de 18 de novembro de 2008**. Institui, a Rede Amamenta Brasil. Brasília, 2008. Disponível em < https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt2799_18_11_2008.html > Acesso 22 set. 2023.

BRASIL. **Lei 8.069, de 13 de julho de 1990.** Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília, 1990. Disponível em < https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm > Acesso 12 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conheça os benefícios da amamentação.** Disponível < https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2023/amamentacao/conheca-os-beneficios#:~:text=%C3%89%20de%20f%C3%A1cil%20digest%C3%A3o%20e, Infec%C3%A7%C3%B5es%20respirat%C3%B3rias >Acesso: 18 set. 2023.

FILHO, J. M. **Como e porque amamentar**. 3º. Ed. São Paulo: Editora CRV, 2020.

FUJIMORI, E. et. al. **Issues involved in establishing and maintaining exclusive breastfeeding, from the perspective of women attended at a primary healthcare unit.** Interface Comun Saúde Educ 2010; 14:315-27.

GOMES, J. M. F., *et al*. **Amamentação no Brasil: discurso científico, programas e políticas no século XX**. In: PRADO, SD., *et al*. orgs. *Estudos socioculturais em alimentação e saúde*: saberes em rede. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2016. Sabor metrópole series, vol. 5, pp. 475-491. ISBN: 978-85-7511-456-8. Doi: 10.7476/9788575114568. Disponível em: http://books.scielo.org/id/37nz2/epub/prado-9788575114568.epub Acesso: 14 set. 2023.

HABERLAND, D. F.; SCISLESKI, A. C. C.. **Fantástica Fábrica de Leite: Problematizando o Discurso de Apoio à Amamentação**. **Rev.** Polis Psique, Porto Alegre, v. 7, n. 3, p. 161-179, dez. 2017. Disponível em < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2238152X201700030010&lng=pt&nrm=iso >. Acesso: 22 dez. 2023.

KALOUSTIAN, S. M. **Família brasileira a base de tudo.** 2.º ed. São Paulo: Cortez; Brasília (DF): UNICEF; 1994.

KENDALL-TACKETT, K. A. **Depression in New Mothers: Causes, Consequences and treatment alternatives**. 3º Edição. Londres: Editora Routledge, 2017. ISBN 9781315651521.

PORTO, C. C. et. al. **Semiologia Médica**. 8. ed. São Paulo: Ed. Guanabara Koogan, 2019.

ROCHA, G. P. et al. **Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna.** Disponível em < https://doi.org/10.1590/0102-311X00045217 >Acesso: 10 out 2023.

VICTORA, C. G. et al. **Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect**. The Lancet, [S.l.], v. 387, n. 10017, p. 475-489, 2016.

WOLFARTH, J. **Milk: an intimate history of breastfeeding**. 1º ed. Versão Kindle. Órion: WeidenfeldƐNicolson, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Contemporary Patterns of Breast-feeding: Report on the WHO collaborative study on breast-feeding**. ISBN-13 : 978- 9241560672.

DOI: 10.51161/conasf2024/30868