



AS INFLUÊNCIAS DOS MITOS NA AMAMENTAÇÃO

GISELE ACERRA BIONDO PIETRAFESA; VITORIA CARVALHO DE PAULA;
LARISSA DELA LIBERA MIRANDA; ELIANA ANUNCIATO FRANCO DE CAMARGO

RESUMO

O leite materno é um alimento extremamente importante para o crescimento e desenvolvimento do recém-nascido, ajudando na imunidade, já que contém anticorpos, diminuindo assim as chances de infecção, pneumonia, entre outras doenças, além de reduzir significativamente o índice de mortalidade infantil. Com os mitos existentes sobre o aleitamento muitas mulheres lactantes têm dificuldades em saber no que acreditar, ficando inseguras e muitas vezes desamparadas. Com o estudo objetivou-se mostrar os mitos mais influentes que acabam causando insegurança na hora da amamentação e transmitir para as mulheres informações verídicas sobre o aleitamento, contribuindo assim para uma amamentação mais segura. A pesquisa caracteriza-se como um estudo transversal descritivo e comparativo, com abordagem quantitativa. Foram enviados questionários online para as gestantes que fazem o pré-natal pelo SUS (Sistema Único de Saúde) em uma cidade do sul de Minas Gerais, a fim de obter informações de quais mitos são mais influentes. Após o preenchimento do instrumento, as participantes receberão feedback sobre as questões respondidas, priorizando informações e uma breve explicação de forma clara e direta sobre o tema abordado nas questões. Avaliando assim, os mitos mais influentes em meio as gestantes, dividido também em faixa etária e escolaridade. De acordo com os resultados os mitos que acabam tendo uma maior influência entre as gestantes e sendo assim elas acreditam ser uma verdade são, “a criança deve mamar cada duas ou três horas” e “é preciso revezar os seios para amamentar durante a amamentação”. Conclui-se então que apesar do grande aumento de divulgação e meios de obtenção de informações corretas sobre amamentação com profissionais de saúde, os mitos possuem certa influência nas mulheres causando um período difícil de amamentação.

Palavras-chave: aleitamento materno, enfermagem, amamentação, conhecimento, mulheres

1 INTRODUÇÃO

O leite materno é um alimento extremamente importante para o crescimento e desenvolvimento do recém-nascido, ajudando na imunidade, já que contém anticorpos, diminuindo assim as chances de infecção, pneumonia, entre outras doenças, além de reduzir significativamente o índice de mortalidade infantil. 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 (BRASIL, MS 2009).

Sabe-se que os benefícios do aleitamento materno não se limitam a duração da prática, mas se estendem até a vida adulta e tem repercussões na qualidade de vida a longo prazo (CIAMPO at CIAMPO, 2018).

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança, é promover sua habilidade em se defender de infecções, sua fisiologia e seu desenvolvimento cognitivo e emocional, e sua saúde integral, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe (BRASIL, 2015). O aleitamento materno imediato ao nascimento é essencial para o recém-nascido, e evita que os neonatos morram de infecções, além de auxiliar na prevenção de hemorragias naspuérperas, que é a principal causa de morte materna atualmente. O aleitamento materno ainda traz benefícios a longo prazo para a criança, como maior rendimento escolar, maior quociente de inteligência e maior tempo de estudo (CAMPOS, GOUVEIA, STRADA at MORAIS, 2020). A prática do aleitamento materno é de fundamental importância para a mãe, criança e sociedade, devendo ser sempre incentivada e protegida. Constitui-se em uma sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança, gerando um grandioso impacto na promoção da saúde integral do binômio mãe/bebê e, conseqüentemente, na redução de morbimortalidade infantil e materna (LIMA, 2019).

O ato de amamentar promove um bem-estar físico, no qual o lactante se sente acolhido no seio materno. Além de sensação de proteção, o contato com a pele, exerce também um impacto positivo no desenvolvimento emocional da criança, tornando-a mais calma e tranquila. Forma-se um verdadeiro elo de afetividade, o qual é imprescindível para o desenvolvimento mental e psíquico do lactante (MACEDO, 2015).

Além de todas as vantagens para a criança, o aleitamento materno também traz importantes benefícios para a saúde da mulher, as mulheres que amamentam recuperam rapidamente o peso que possuíam antes da gravidez, além de possuírem menor risco de hemorragias no puerpério imediato e conseqüentemente anemia por perda sanguínea, ressalta-se ainda uma maior proteção contra o desenvolvimento de câncer de mama, cânceres de ovário e diabetes tipo 2, devido o favorecimento de liberação de ocitocina (CHOWDHURY, 2015).

Relacionado a família, o aleitamento materno tem diversas vantagens como custo-benefício, praticidade e aumenta gradativamente vínculo entre mãe e bebê. (BRASIL, MS 2009).

A amamentação sofre uma grande influência de contexto, histórico, social e cultural dificultando o aleitamento materno, as questões relacionadas a amamentação têm-se configurado objeto de interesse para diferentes atores e grupos sociais ao longo da história, em todas as épocas o ser humano foi levado a construir rotas alternativas para responder a demandas das mulheres que por opção ou imposição, trilharam o caminho do desmame precoce. Desde a secular figura de ama-de-leite até a emblemática vanguarda científica construída pelo marketing dos fabricantes de leites modificados, a alimentação do lactante tem servido a propósitos que não se circunscrevem exclusivamente as questões ligadas à saúde, trazendo então desavenças entre a saúde e a doença (ALMEIDA, 2004).

Os mitos são passados de mulher para mulher erroneamente mesmo que elas não amamentem, por pessoas próximas ou até mesmo profissionais da saúde, espalhando assim uma rede de falta de segurança e desinformação (ABRÃO, 2006).

Ainda, muitas mulheres atualmente deixam de amamentar exclusivamente até os seis meses apenas com o leite materno, ou até mesmo optam pela fórmula, devido à grande influência que os mitos causam, ocasionando assim um problema para a saúde do bebê e da mãe que fica hesitante em amamentar seu filho (ARANTES, 1995 et at GUSMAN, 2005)

Com os mitos existentes sobre o aleitamento muitas mulheres lactantes têm dificuldades em saber no que acreditar, ficando inseguras e muitas vezes desamparadas (ICHISATO SMT, at SHIMO AKK, 2002), (ABRÃO, 2006).

O aleitamento materno é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (MS) até os dois anos de idade sendo os seus primeiros 6 meses exclusivo. (BRASIL, MS 2002).

Com o objetivo de identificar o conhecimento de gestantes sobre a amamentação, espera-se, que o resultado desta pesquisa possa subsidiar enfermeiros em seu âmbito de trabalho, para disseminar de forma correta e atualizada orientações sobre a amamentação, bem como auxiliar as lactentes sobre o aleitamento materno.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa caracteriza-se como um estudo transversal descritivo e comparativo, com abordagem quantitativa. O estudo foi realizado em um município de pequeno porte no sul de Minas, em Unidade Básica de Saúde (UBS) responsável pelo pré-natal e após autorização do gestor de saúde do município. Quanto a população do estudo foram incluídas as gestantes maiores de 18 anos, residentes do município que fazem acompanhamento pela rede de atenção básica do SUS (Sistema Único de Saúde) e foram excluídas as gestantes que estão fazendo acompanhamento de pré-natal na rede particular, gestantes menores de idade e que não aceitaram fazer parte do estudo.

A coleta de dados foi realizada via online a partir de um questionário sobre os mitos e verdades da amamentação.

Inicialmente foi feita uma abordagem das gestantes pessoalmente pela própria pesquisadora na UBS responsável pelo pré-natal na cidade, onde foi explicado o método usado na pesquisa, os objetivos do estudo, os benefícios e riscos para as gestantes. Após o aceite para a participação, a gestante foi orientada a acessar alguma rede social para o envio do questionário, posteriormente o instrumento foi devolvido preenchido via google forms.

O questionário estruturado contemplava as seguintes questões: nome, idade, escolaridade e perguntas diretas e de fácil compreensão sobre o que ser um mito ou uma verdade, assim somando

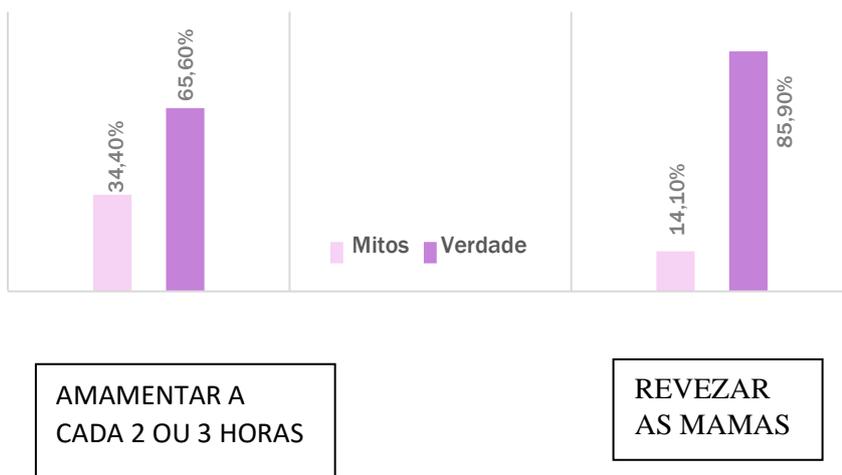
19 questões onde após a leitura das perguntas, as participantes selecionaram uma das opções disponíveis (mito ou verdade), de acordo com seus conhecimentos sobre o assunto. Após o final do questionário tiveram um retorno sobre as questões respondidas, obtendo orientações e conhecimentos verídicos sobre a amamentação.

Foi utilizada a plataforma online do Google Forms, que possibilitou um retorno das respostas e ainda direcionou um Feedback para as mulheres participantes orientando sobre as respostas corretas e dando informações sobre a amamentação referente às perguntas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 65 gestantes do total de 132 gestantes que fazem o Pré-natal pelo SUS (Sistema Único de Saúde) para a análise dos mitos mais influentes que acabam prejudicando a amamentação. De acordo com o questionário aplicado os mitos que acabam tendo a maior influência entre as gestantes em geral, e sendo assim elas acreditam ser uma verdade, podendo também transmitir erroneamente esses mitos são “a criança deve mamar cada duas ou três horas” e “é preciso revezar os seios para amamentar durante a amamentação”. Sendo então os mitos que acabam prejudicando de alguma forma futuramente a amamentação, causando insegurança e desestabilidade na gestante.

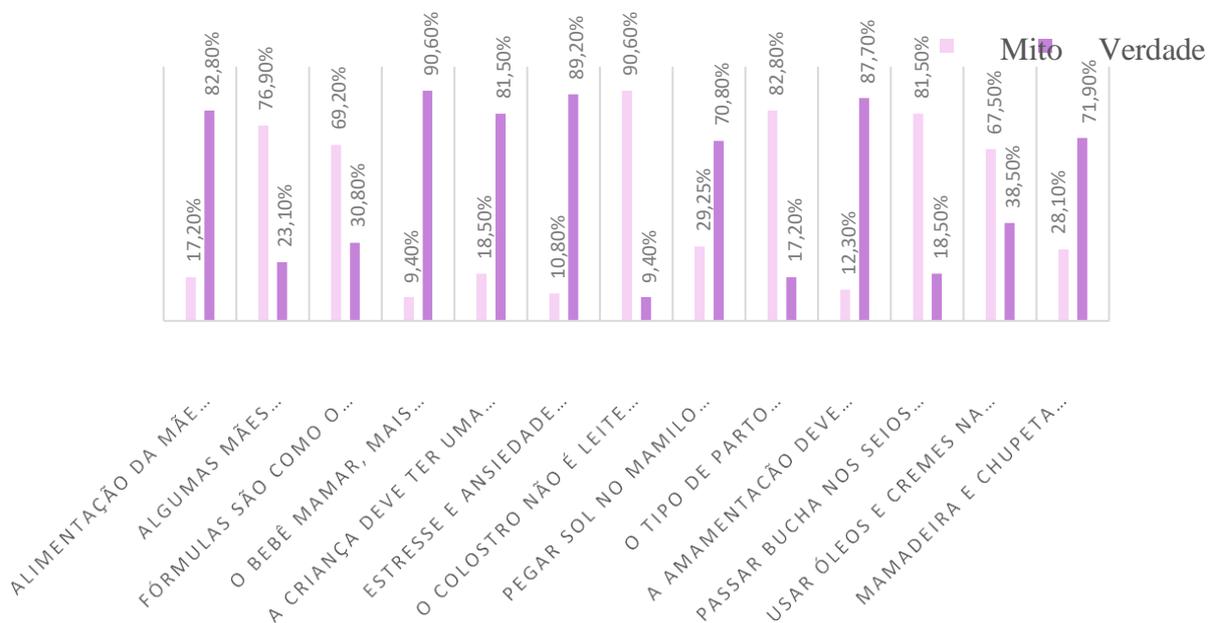
Gráfico 1: Porcentagem das questões consideradas mitos erroneamente pelas gestantes, 2022.



Fonte: questionário aplicado

Os demais mitos citados investigados no questionário como, “A alimentação da mãe reflete no leite?”, “As fórmulas atuais são como o leite materno?”, “A criança deve ter uma alimentação em livre demanda?”, obtiveram uma porcentagem maior de 60% em resposta certa. Assim, entendeu-se que a maior parte das gestantes conhecem esses mitos e sabem diferenciar entre sendo um mito ou realmente uma verdade, independente de faixa etária ou escolaridade.

Gráfico 2. Porcentagem das questões consideradas mitos corretamente pelas gestantes, 2022.



Foi possível observar no gráfico 2 que apesar da maior parte das gestantes conhecerem mitos ou verdades, um grande número de gestantes ainda acabam acreditando erroneamente nos mesmos, podendo ser transmitido de forma incorreta ou causando insegurança e desestabilidade nessa mulher, o que pode ser observado na questão ‘É adequado usar óleos e cremes na região areolar dos mamilos durante a amamentação para proteção?’

onde 67,50% das gestantes saberem ser o mito, 38,50% acreditam ser uma verdade que ajudaria na hora da amamentação, podendo ser prejudicial para a mãe e o bebê.

Na pesquisa foi realizado também a subdivisão de idade e escolaridade das 65 gestantes

Tabela 1: Escolaridade e média de acertos das questões, Espírito Santo do Pinhal, 2022.

| Escolaridade | Média de acertos | Número de gestantes |
|-------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Ensino fundamental incompleto | 10 | 7 |
| Ensino fundamental completo | 10 | 5 |
| Ensino médio incompleto | 11 | 7 |
| Ensino médio completo | 11 | 23 |
| Ensino superior incompleto | 12 | 8 |
| Ensino superior completo | 11 | 15 |

Fonte: questionário aplicado

Observa-se na tabela 1 quanto a escolaridade que, ensino fundamental incompleto e completo, ensino médio incompleto e completo e ensino superior completo, possui uma média de 11 acertos, apenas o ensino superior incompleto as gestantes fizeram uma média de 12 acertos nas respostas das questões identificando corretamente os mitos e verdades da amamentação, onde todas as gestantes desta escolaridade fizeram no mínimo 10 acertos.

Tabela 2: Média de acertos das questões dividido por faixa etária, Espírito Santo do Pinhal, 2022.

| Idade | Média de acertos | Número de gestantes |
|--------------|-------------------------|----------------------------|
| 18 a 25 | 10 | 25 |
| 26 a 35 | 11 | 31 |
| 36 a 45 | 11 | 7 |
| 46 ou mais | 11 | 2 |

Fonte: questionário aplicado

Na tabela 2, foi possível verificar que as gestantes de 18 a 25 anos tiveram uma média de 10 respostas corretas, sendo a faixa etária com menor média de acertos, já as gestantes de 26 a 35 anos onde são a maioria com 31 gestantes, tiveram uma média de 11 acertos assim como a faixa etária de 36 a 45 anos e 46 anos ou mais.

Dessa forma, evidenciou-se nesta pesquisa através dos resultados que atualmente as mulheres possuem mais informações e são mais orientadas sobre uma amamentação eficaz, sendo por meio de comunicação online ou com orientações com profissionais da saúde, não necessariamente tendo mais experiência de vida ou escolaridade avançada e por mais que muitas crenças populares possuem um grau de influência considerável devido ao contexto histórico, social e cultural, as gestantes estão buscando mais informações corretas com profissionais especializados, porém ainda apresentam inseguranças e algumas até podem se sentir pressionadas ou despreparadas pelos mitos e crenças.

De acordo com Almeida (1998), a saciedade do bebê é uma preocupação que compõe o grupo de inquietações maternas nos primeiros dias após o parto, e pode estender-se por períodos maiores, a depender de fatores individuais e coletivos que concorrem para a definição do regime alimentar praticado pelo lactente.

Segundo o Ministério da Saúde (2009), o bebê deve mamar sempre que quiser, inclusive mamadas noturnas. Sendo o ideal a mãe não interromper e deixar o bebê mamar à vontade no primeiro seio, isso é importante porque somente depois de alguns minutos o bebê consegue atingir o leite posterior, uma porção rica em açúcar e gordura que ajuda a criança a se saciar mais rápido e a ganhar peso. Se ele não se alimenta com o leite posterior, acaba sentindo fome mais rapidamente e tende a acordar várias vezes ao longo do dia para mamar de novo. Caso ele se sacie com somente um seio, a lactante pode fazer a retirada do leite da outra mama, para não sentir dor, e armazenar.

Neste sentido, pode-se destacar a importância dos profissionais de saúde para uma disseminação correta de informações sobre a amamentação, conhecendo o contexto histórico cultural, rotinas de amamentação e técnicas. Assim, as gestantes solucionam suas dúvidas podendo trabalhar seus medos e inseguranças e ainda desfazer os mitos, o que vai proporcionar uma amamentação mais efetiva e segura, já que podemos observar ainda uma grande porcentagem das gestantes que acreditam erroneamente nos mitos e verdades.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que apesar do grande aumento de divulgação e meios de obtenção de informações corretas, independentemente da idade e escolaridade, ainda há uma grande porcentagem de mulheres que acreditam nos mitos da amamentação, podendo ser prejudicial, o que demonstra a necessidade de uma maior orientação pelos profissionais da saúde em especial enfermeiros que passam a maior parte do pré-natal auxiliando e fazendo consulta com essas gestantes.

Durante suas consultas de pré-natal a gestante estabelece um grande vínculo com o profissional de saúde que a acompanha nessa fase, por isso é de extrema importância as ações de saúde e principalmente orientações de enfermagem esclarecendo dúvidas sobre a amamentação, apoiando e incentivando a amamentação desde a descoberta da gravidez.

Nesse sentido, a pesquisa teve uma grande relevância para a identificação dos mitos e verdades entre as gestantes, contribuindo para um atendimento de enfermagem, consulta em amamentação e acompanhamento pós-parto direcionando para orientações corretas que possam suprir todas as dúvidas existentes sobre o aleitamento materno, com uma linguagem clara e de fácil entendimento, encorajando-as a manter o aleitamento materno exclusivo por no mínimo seis meses da criança.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRÃO, A. C. F. V. Amamentação: uma prática que precisa ser aprendida. **Pediatria**. v. 28, n. (2), p. 79-80, 2006.

ALMEIDA, J. A. G. Amamentação: Um Híbrido Natureza-Cultura. **Rev. Latino-am. enfermagem**. Rio de Janeiro: v. 6, n. 3, p. 71-76, julho 1998.

ARANTES CIS. Amamentação: visão das mulheres que amamentam. **J Pediatr**. v. 71, n. (4):p. 195-202, jul.-ago.1995.

ARAÚJO, M. F. M.; DEL FIACO, A.; PIMENTEL, L. S.; SCHMITZ, B. A. S. Custo e economia da prática do aleitamento materno para a família. **Rev Bras Saúde Mater Infant**, v. 4, n. 2, p. 135-141, 2004.

BRASIL MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para crianças de 2 ano**. 1º ed. Brasília DF: Editora MS, v. 1. 152 p.

BRASIL MINISTÉRIO DA SAÚDE SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE.
Promovendo o aleitamento materno. 2º ed. Brasília DF: Total editora, v. 1, 2003. 18 p.

BRASIL MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar.** Cadernos de Atenção Básica. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília, DF. 2ª ed. n. 23. p. 184. 2015.

BRASIL MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde da criança: nutrição infantil aleitamento materno e alimentação complementar.** Cadernos de Atenção Básica. Secretaria de Atenção à Saúde.

BRASIL. MINISTERIO DA SAÚDE. Departamento de Atenção Básica. Brasília, DF. n.º 23. p. 112. 2009.

CAMPOS P.M, GOUVEIA H.G, STRADA J.K.R, MORAES B.A. **Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário.** Rev GaúchaEnferm. 2020;41(esp):e20190154.

CIAMPO, L. A. D., & CIAMPO, I. R. L. D. **Aleitamento Materno e os Benefícios da Lactação para a Saúde da Mulher.** Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 40. n.(6), p. 354- 359. 2018.

CHOWDHURY, R., SINHA, B., SANKAR, M. J., TANEJA, S., BHANDARI, N., ROLLINS, N.,

BAHL, R., & MARTINES, J. Amamentação e resultados de saúde materna: uma revisão sistemática e meta-análise. **Acta pediátrica**, v. 104 n.(467), p. 96-113, 2015.

ICHISATO SMT, SHIMO AKK. **Revisitando o desmame precoce através de recortes da história.** Rev Latino-am Enfermagem; v.10. n.(4). p. 578-85. 2002.

LIMA, S., SANTOS, E., ERDEMAMM, A., FARIAS, P., AIRES, J., & NASCIEMENTO, V. **Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa.** Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online. v. 11. n. (1). p. 248-254. 2019.

MACEDO, M. D. S., TORQUATO, I. M. B., TRIGUEIRO, J. V. S., ALBURQUERQUE, A. M., PINTO, M. B., & NOGUEIRA, M. F. **Aleitamento materno: identificando a prática, benefícios e os fatores de risco para o desmame precoce.** Revista de Enfermagem UFPE online. Recife.v. 9. n. p. 414-23. 2015.