

Um gesto de amor e cuidado com a saúde

Agosto é o mês do Aleitamento Materno

Por Ariane Gomes

Foto: Arquivo Pessoal



Profa. Dra. Kelly Pereira Coca

Enfermeira obstetra, consultora em amamentação pela International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC) desde 2008. Tem Mestrado e Doutorado em Enfermagem pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e Pós-doutorado pela La Trobe University na Austrália. Atualmente é docente da Escola Paulista de Enfermagem (UNIFESP) e coordenadora do Centro de Aleitamento Materno e Banco de Leite Humano da UNIFESP, o Centro Ana Abrão.

O aleitamento materno é considerado pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como “a ação isolada mais eficaz para o combate à mortalidade infantil”. E muitos dados comprovam isso. O leite materno possui as proteínas, gorduras, vitaminas, açúcares e água necessários para o bebê até os seis meses de idade. Além de alimentar, funciona como uma vacina por conter nutrientes que protegem o recém-nascido contra bactérias, infecções, doenças crônicas e entre outras doenças que podem prejudicar seu desenvolvimento.

A alimentação do bebê até os seis meses de idade somente com leite materno é tão importante que é um direito garantido por lei. O artigo 9º do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) determina que “O poder público, as instituições e os empregadores propiciarão condições adequadas ao aleitamento materno, inclusive aos filhos de mães submetidas a medida privativa de liberdade”.

As mães também são beneficiadas. O aleitamento materno reduz a incidência de câncer de mama, previne a anemia, acelera a perda de peso e entre outros. Apesar disso, o UNICEF e a OMS alertam que apenas 38% dos bebês são alimentados exclusivamente com leite materno até os seis meses na região das Américas e só 32% continuam amamentando até os 24 meses.

O investimento em campanhas de conscientização é um dos recursos utilizados a fim de elevar esses índices. Desde 1992, existe a Semana Mundial de Aleitamento Materno que vai de 1 a 7 de agosto. Estabelecida pela OMS e UNICEF, promove uma série de ações, discussões e reflexões de incentivo ao aleitamento materno. No Brasil, a lei nº 13.435, de 12 de abril de 2017, instituiu o mês de agosto como o mês do Aleitamento Materno, conhecido como Agosto Dourado.

Para falar um pouco mais sobre o assunto e conhecer o papel do/a enfermeiro/a nessa conscientização, conversamos com a Profa. Dra. Kelly Pereira Coca, docente da

Escola Paulista de Enfermagem e coordenadora do Centro de Aleitamento Materno e Banco de Leite Humano da UNIFESP.

Revista Nursing: Qual a importância do aleitamento materno durante os primeiros seis meses de vida? Quais os benefícios para a mãe e para o bebê?

Profa. Dra. Kelly Pereira Coca: O aleitamento materno é a melhor forma de alimentar uma criança de zero a dois ou mais anos de idade. O leite materno é recomendado de forma exclusiva, aleitamento materno exclusivo (AME), ou seja, sem a oferta de outros alimentos, até os seis meses de vida da criança, sendo que a partir dessa idade é indicado a complementação alimentar saudável. Os benefícios são diversos tanto para a criança como para a mãe. O AME oferece proteção imunológica como: infecções respiratórias e gastrointestinais; estimula desenvolvimento neurológico e motor; protege de doenças crônicas como obesidade e diabetes; e propicia vínculo afetivo entre mãe e filho. A

mulher que amamenta reduz seu peso corporal mais rapidamente e se protege contra o câncer de mama.

Nursing: Em sua opinião, quais os principais fatores que contribuem para o desmame precoce?

Profa. Dra. Kelly: O desmame ocorre por diversos motivos: dor para amamentar, mastite, falta de informação, falta de suporte e necessidade de retornar ao trabalho precocemente. Muitos desses motivos são causas evitáveis e poderiam ser amenizadas com orientação adequada como: cuidados com as mamas, suporte profissional eficiente, preparo para o retorno ao trabalho e orientação da família para dar apoio à mulher trabalhadora que amamenta.

Nursing: Existe uma duração ideal de amamentação? Caso sim, qual?

Profa. Dra. Kelly: O ideal é que a mulher ofereça seu leite para o filho até seis meses de idade e continue a amamentar por dois anos ou até quando desejar. A oferta de outros leites antes de seis meses diminuiu a proteção recebida pelo AME.

Nursing: Quais práticas o/a enfermeiro/a pode adotar no pré e pós-parto de maneira a auxiliar a futura mãe sobre os benefícios da amamentação?

Profa. Dra. Kelly: O enfermeiro tem papel fundamental para promover e apoiar a amamentação. Sua atuação deve ter início na consulta de pré-natal, por meio da avaliação e orientação para a gestante e seu companheiro. Orientar e demonstrar como a gestante e o (a) companheiro (a) pode ajudar, discutir sobre os benefícios com o casal, abordar os mitos e a importância da promoção da saúde por meio do AME. A continuidade do suporte ocorre na sala de parto, com o contato precoce imediatamente ao nascimento da criança e durante a internação na maternidade. Após o nascimento da criança é recomendável a continuidade do apoio para identificar problemas precoces e tardios após, a alta hospitalar.

Nursing: Como o profissional de enfermagem pode contribuir na prevenção e manejo de problemas relacionados à amamentação?

Profa. Dra. Kelly: A prevenção de problemas mamários é a melhor forma de contribuir com a promoção do aleitamento materno. É comum a mulher considerar a dor para amamentar como algo normal e seguir insistindo na forma de amamentar sem buscar ajuda, até que ela desiste porque a dor é muito forte. Orientar a mulher antes do filho nascer com objetivo de identificar o que é normal e quando procurar ajuda, como amamentar e identificar sinais de que a amamentação está indo bem é uma excelente forma de prevenção. Quanto ao manejo dos problemas, a identificação de lesões mamilares, ingurgitamento mamário e mastite devem ser feitos de forma eficiente para que a resolução seja estabelecida sem necessidade de interrupção da amamentação por complicações. Além disso, as questões relacionadas aos mitos como uso de chás e oferta de outros alimentos antes dos seis meses devem ser discutidas para que a amamentação ocorra até o período indicado. A oferta de água e chás para a criança é frequente e isso atrapalha a amamentação, não só pela oferta de outros alimentos, mas devido à exposição da criança à mamadeira. O risco de desmame com o uso de mamadeira e de chupeta é grande. Uma família bem orientada tem grandes chances de um aleitamento bem-sucedido.

Nursing: Há profissionais da saúde especializados em aleitamento materno e, em alguns casos, dedicam-se integralmente ao assunto. Como avalia esse campo de atuação e como o/a enfermeiro/a interessado/a pode se inserir?

Profa. Dra. Kelly: Sim, há profissionais de saúde de diferentes áreas (enfermeiros, médicos, fonoaudiólogos, obstetrias e psicólogos) que recebem o título de consultor em amamentação pela prova de título do IBCLE (International Board Consultant Lactation Examiners) oferecido em todos os países. No Brasil essa profissão

não é reconhecida e ainda falta esclarecimento da população de quem é esse profissional consultor. Isso porque não há uma distinção entre os níveis de formação (técnico, graduação e especialista) preparada para as diferentes situações da amamentação, todos se definem como o consultor em amamentação. Quanto à profissão enfermeiro, o generalista é capaz de orientar a mulher que amamenta promovendo e apoiando a amamentação. Apesar disso, os profissionais que realizam especialização em enfermagem obstétrica e neonatal, e especialmente os que realizaram formação específica em aleitamento materno, são os mais habilitados para identificar e resolver problemas mais complexos relacionados à amamentação.

Nursing: Quais os principais problemas que a mãe pode enfrentar durante o processo de amamentação?

Profa. Dra. Kelly: Os problemas mais comuns enfrentados pela mulher podem ser problemas físicos como: lesões nos mamilos, dor nas mamas por excesso de leite, inflamação e/ou infecção. A mulher também enfrenta as propagandas agressivas de alimentos industrializados como fórmulas infantis e bicos artificiais, como se esses alimentos fossem substitutos equivalentes ao leite humano, o que é algo impossível. A falta de apoio das empresas ao retornar ao trabalho, dificuldade de amamentação em público por preconceito e julgamentos, falta de profissionais preparados para apoiar e proteger o aleitamento materno e a cultura de que a amamentação é prática de pessoas sem poder aquisitivo são alguns dos fatores que dificultam a prática do aleitamento materno.

Nursing: Qual a importância de campanhas como a Agosto Dourado para o debate sobre o assunto?

Profa. Dra. Kelly: As campanhas de conscientização contribuem para o destaque e a discussão do tema trazendo mais conhecimento para a população e desmistificando a prática. É uma forma de proteger o aleitamento materno. 🍵