

## **Impactos do puerpério na amamentação: uma análise dos desafios para adesão ao aleitamento materno**

*Impacts of the puerperium on breastfeeding, an analysis of the challenges for adherence to breastfeeding*

### **Resumo**

O leite materno é o alimento mais completo e com diversas propriedades benéficas para os recém nascidos, tendo em vista que, os primeiros anos de vida da criança é a fase crucial de crescimento, essa prática da amamentação é fundamental para o desenvolvimento efetivo do neonato, sendo atendida todas as suas necessidades nutricionais. E para as puérperas, a AM favorece a recuperação mais ágil no pós-parto, e previne contra diversas doenças que a mãe possa vir a ter futuramente. O trabalho a seguir refere-se a uma revisão integrativa de literatura, levando em consideração as dificuldades da efetivação do aleitamento materno durante o período puerperal. Através das palavras-chaves, foram encontrados 111 artigos, que após a exclusão por não atenderem os critérios do trabalho, resultaram em 6 artigos para realizar o estudo. Conclui-se que o puerpério e a amamentação exclusiva são fatores interligados e que a amamentação bem sucedida traz diversos benefícios para mãe e bebê. Há a necessidade de capacitação profissional valorizando a prática da amamentação, como também são necessários a rede de apoio da família, profissionais de saúde aptos, e a conscientização sobre a importância da amamentação durante todo o período gravídico-puerperal.

**Palavras-chave:** Puerpério. Aleitamento Materno.

## **Abstract**

Breast milk is the most complete food with several beneficial properties for newborns, considering that the first years of a child's life is the crucial phase of growth, this practice of breastfeeding is fundamental for the effective development of the newborn, all nutritional needs are met. And for women who have recently given birth, BF promotes faster postpartum recovery and prevents various illnesses that the mother may have in the future. The following work refers to an integrative literature review, taking into account the difficulties of breastfeeding during the puerperal period. Through the keywords, 111 articles were found, which after exclusion because they did not meet the work criteria, resulted in 6 articles to carry out the study. It is concluded that the postpartum period and exclusive breastfeeding are interconnected factors and that successful breastfeeding brings several benefits to the mother and baby. There is a need for professional training valuing the practice of breastfeeding, as well as a family support network, qualified health professionals, and awareness of the importance of breastfeeding throughout the pregnancy-puerperal period.

**Keywords:** Puerperium. Breastfeeding.

## INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o leite materno é o alimento mais completo para criança, sendo a fonte de alimento mais acessível, segura e benéfica para mãe e bebê<sup>1</sup>. O leite materno apresenta benefícios como a redução da taxa de morbimortalidade infantil, aumento do sistema imune, menores chances de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes e prevenção da obesidade<sup>2</sup>. Além disso, é capaz de proporcionar melhor desenvolvimento intelectual e crescimento infantil. Além de ser um alimento completo, dispensando água ou outras comidas até os seis primeiros meses de vida, onde se inicia a introdução alimentar (IA)<sup>2</sup>. Já para a mãe, a amamentação traz benefícios como, diminuição do sangramento no período pós-parto, aceleração na perda de peso, redução da incidência de cânceres de mama, ovário e endométrio e proteção contra doenças cardiovasculares<sup>2</sup>.

A prática do aleitamento materno (AM), é fundamental no início da vida do neonato, exercendo papel fundamental na saúde nutricional, desenvolvimento infantil, e vínculo mãe-bebê, gerando afeto e segurança<sup>1</sup>. Apesar de todas as diretrizes da OMS e conhecimento sobre todos os benefícios do AM, AME, o índice de adesão a essas práticas ainda se encontram abaixo do recomendado, dado que o tempo recomendado para as crianças de 9 a 11 meses são de 341,6 dias e a média do AME no Brasil é de 54,1 dias<sup>3</sup>.

Compreende-se que a gravidez é um momento de mudanças e desafios na vida da mulher, durante a gestação e após o nascimento do bebê. O puerpério, que é definido pela transição do fim da gestação e o início da jornada materna, é um momento de mudanças fisiológicas e psicológicas na vida da mãe<sup>3</sup>. De acordo com estudos, a autoeficácia da amamentação depende de vários fatores, como o desejo da mãe em amamentar, uma rede de apoio, conhecimento da puérpera sobre amamentação, raça, escolaridade, falta paterna, tempo limitado de licença maternidade, alterações psicológicas, renda familiar e o uso precoce de chupetas e mamadeiras<sup>2</sup>.

O puerpério pode ser um momento de dificuldades no qual tudo fica mais intenso, tendo algumas consequências como alterações hormonais, mudanças corporais, privação de sono para maioria das mães, o que pode gerar frustração na grande parte dos casos, refletindo totalmente na autoeficácia da amamentação<sup>7</sup>, o qual é um momento esperado e idealizado pela maior parte das gestantes durante a gravidez.

Assim, dada a complexidade da amamentação e os fatores que influenciam e envolvem o puerpério, dá-se os questionamentos e a falta de informação sobre essa fase da amamentação com as complicações puerperais. Portanto, o presente estudo proposto foi elaborado para investigar

como o puerpério impacta na adesão da amamentação exclusiva (AME), e assim compreender e analisar esse período gravídico-puerperal.

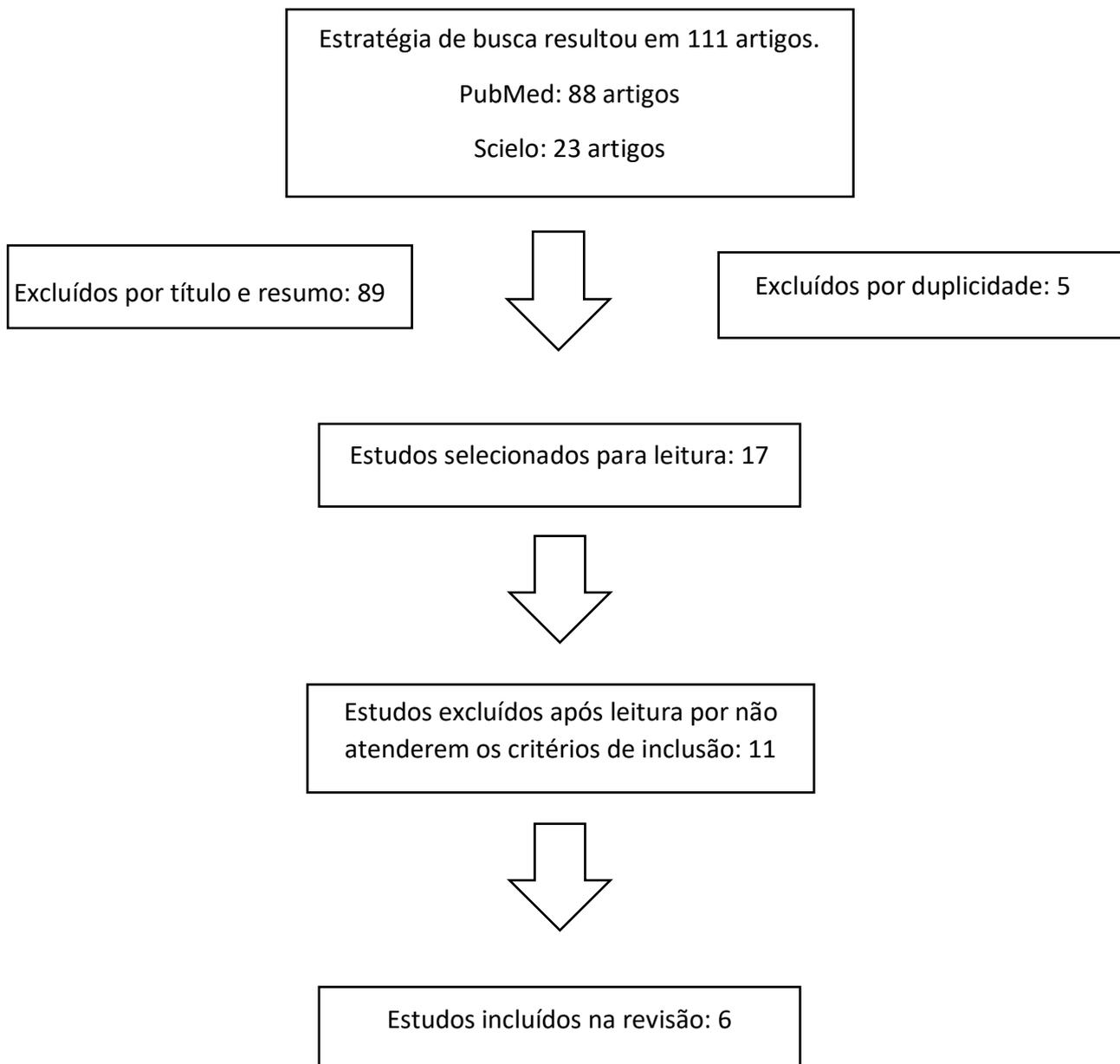
## METODOLOGIA

### **Estratégia de pesquisa**

Refere-se a uma revisão integrativa de literatura que foi desenvolvida a partir dos seguintes passos: formulação da pergunta norteadora, escolha das palavras-chaves, critérios de inclusão e exclusão dos artigos, revisão, seleção e avaliação crítica dos artigos selecionados. Constitui-se a recorrente pergunta norteadora: "como o puerpério impacta na adesão do aleitamento materno?". As palavras-chaves aplicadas nas pesquisas foram: puerpério e aleitamento materno. As buscas foram realizadas nas interfaces digitais PubMed (Advanced) e SciELO (busca avançada). Foram escolhidos os critérios de inclusão dos artigos, os quais: ser um artigo original; ter sido publicado do ano de 2018 até 2023; na língua portuguesa ou inglesa; que tenha abordado as dificuldades da efetivação do AM durante o período do puerpério; estudos com público alvo feminino; estudos realizados em humanos. Foram definidos como critérios de exclusão os artigos por título; resumo; duplicidade; publicação maior que cinco anos; artigos de revisão; dissertação; livros.

### **Critérios de seleção**

Os artigos selecionados foram separados por pastas e analisados, sendo assim realizada a seleção utilizando o método de "sim" ou "não". Na análise inicial foram aplicados os filtros em ambas plataformas digitais, se iniciou os critérios de exclusão onde foram retiradas as duplicatas, após isso, por meio da leitura de títulos e resumos, foram descartados os artigos que não atendiam o objetivo proposto da nossa pesquisa.



**Figura 1:** Fluxograma do processo de seleção dos artigos.

Através das palavras-chaves, foram encontrados 111 artigos. Após a exclusão por duplicidade e por título/ resumo, chegou-se ao número de 17 artigos selecionados para a leitura, após isso 10 artigos foram excluídos por não atenderem os critérios do trabalho, resultando em 6 artigos selecionados para realizar o estudo.

## RESULTADOS

Quadro 1: Principais achados da literatura sobre as dificuldades da amamentação do aleitamento materno exclusivo enfrentadas pelas puérperas.

Autores, ano de publicação, país de origem	Objetivo	Características da amostra	Resultados	Conclusão
Livia Maria Alves et al. (2022) Brasil	- Avaliar a autoeficácia de puérperas, ao longo do período puerperal, quanto ao potencial em amamentar.	- 66 puérperas. - Idade entre 18 e 36 anos.	- As variáveis que apresentaram relação significativa com a autoeficácia: idade superior a 18 anos ( $p=0,003$ ; $p=0,028$ ), raça parda ( $p=0,001$ ), escolaridade mais de 9 anos ( $p=0,026$ ), ocupação do lar ( $p=0,012$ ), renda familiar entre R\$ 788 – R\$ 1576 ( $p<0,001$ ) e ser primípara ( $p=0,003$ ). Independentemente do estado civil ( $p=0,013$ ; $p=0,043$ ). O fato de ter amamentado anteriormente não influenciou ( $p=0,408$ ).	- As puérperas participantes mantiveram níveis de elevada e média autoeficácia em amamentar. Este estudo pode direcionar novas pesquisas de intervenção, bem como subsidiar a prática holística dos profissionais que apoiam a amamentação.
Simone Pedrosa et al. (2018) Brasil	- Compreender o significado da experiência vivida para o ser mulher na amamentação com complicações puerperais.	- 28 puérperas que estavam amamentando com diagnóstico de complicação puerperal.	- Analisando as descrições que foram propostas pelo estudo, as mães que tinham o apoio da família, as que sabiam da importância do leite e as que tiveram conexão de mãe para filho ao amamentar tiveram mais autoeficácia.	- Compreende-se que a amamentação é composta por um conjunto de significados, e o conhecimento destes pelos profissionais de saúde, poderá contribuir para um cuidado mais integral.
Laíse Sousa et al. (2023) Brasil	- Verificar a associação entre variáveis sociodemográficas, antecedentes obstétricos, gestação atual e puerpério à autoeficácia em amamentar.	- 240 puérperas. - Idade entre 18 e 46 anos.	- Das puérperas que participaram 83,3% apresentaram alta autoeficácia em amamentar, 46,7% tinham entre 26 e 35 anos, 81,2% eram casadas ou estavam em união estável, 94,2% amamentaram na primeira hora de vida, 37,9% receberam orientação sobre amamentação na Unidade Básica e 84,2% ofertaram somente leite materno para o recém-nascido na maternidade, sendo esses fatores associados à alta autoeficácia em amamentar ( $p<0,05$ ).	- A pesquisa contribuiu para orientar os profissionais de saúde a prestar assistência de qualidade superior à gestante, puérpera e lactante, com o objetivo de aumentar a autoeficácia em amamentar, identificando, dentre tais mulheres, àquelas que necessitam de maior apoio.
Gessando Elpídio et al. (2018) Brasil	- Avaliar a influência das dificuldades iniciais para amamentar sobre a duração do aleitamento materno exclusivo.	- 175 binômios mães-lactentes. - Selecionados de forma aleatória.	- A presença de problemas com as mamas na maternidade ( $p=0,030$ ; OR=2,38; IC95%=1,02-5,48), o trabalho fora de casa ( $p=0,027$ ; OR=2,12; IC95%=1,03-4,31) e o baixo nível de escolaridade ( $p=0,017$ ; OR=2,13; IC95%=1,10-4,06) mostraram-se como fatores associados à interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo antes dos seis meses.	- Aspectos socioeconômicos e dificuldades para amamentar relacionadas a problemas com a mama puerperal mostraram-se como fatores que restringem a duração da amamentação exclusiva.
			<b>Resultados</b>	<b>Conclusão</b>
Autores, ano de publicação, país de origem	Objetivo	Características da amostra		
Maria Gianni et al. (2019)	- Realizar estudo prospectivo e observacional sobre	- 792 duplas mãe-bebê.	- No momento da inscrição, 95% das mães praticavam aleitamento materno exclusivo após três meses as taxas dessa prática diminuíram para	- Foi destacada a importância de fornecer suporte profissional

<p>Suíça</p> <p>Lily Gordon et al. (2021) EUA</p>	<p>as dificuldades no aleitamento materno e risco para a interrupção precoce dele.</p> <p>- Utilização de métodos mistos para examinar a associação entre sono perinatal e amamentação.</p>	<p>- 48 mulheres. - Idade média 28,2 ± 4,9 anos.</p>	<p>68%, a porcentagem de bebês que foram alimentados com fórmula era de 7% em um mês, aumentando para 17% em três meses; Cerca de 70,3% tiveram dificuldades na amamentação, relatando rachaduras nos mamilos, percepção de quantidade insuficiente de leite, dor e fadiga;</p> <p>- Mulheres que amamentaram: Semana 2(72,3%), Semana 6( 62,5%), Semana 16(50%). As mães LSE tinham menos probabilidade do que as mães HSE de iniciar a amamentação: LSE = 45,8%, HSE = 16,7%. O início actigráfico médio do sono, o deslocamento do sono, o tempo na cama, a duração do sono e o SE não diferiram com base no estado de amamentação em nenhum momento.</p>	<p>personalizado contínuo na comunidade, na tentativa de superar as dificuldades de amamentação materna após a alta do hospital.</p> <p>- Em nossa amostra, o AE actigráfico preservado durante a gestação esteve associado ao início e continuação da amamentação. Trabalhos futuros devem examinar se a melhoria do sono durante a gravidez melhora as experiências alimentares das mães.</p>
---	---	--	--	---

**Legenda:** LSE: menor eficiência do sono; HSE: maior eficiência do sono; IC = intervalo de confiança.

Baseado nos aspectos metodológicos, foram incluídos 6 artigos descritos no quadro acima, onde apresenta as descobertas e conclusões acerca do tema escolhido.

## DISCUSSÃO

O ato de amamentar transcende um processo biológico, desse modo, foi observado em nosso estudo diversos fatores que dificultam e influenciam a eficácia da amamentação no período puerperal, dentre eles, escolaridade, idade materna, problemas mamários, ter conhecimento quanto a amamentação, rede de apoio de forma geral e renda. <sup>2</sup>. Apesar do Governo Brasileiro ter criado políticas públicas como a IHAC - A Iniciativa Hospital Amigo Da Criança, que constitui um programa conferido pelo Ministério Da Saúde aos hospitais, que cumprem os 10 passos para o sucesso do aleitamento materno e das recomendações da OMS, o índice de prevalência da AME ainda está abaixo do recomendado e vem se tornado cada vez mais um problema de saúde pública.<sup>1</sup>

Em relação ao nível de escolaridade das puérperas, foi analisado que mulheres com nível de escolaridade completa apresentaram maior percepção de conhecimento sobre a importância e benefícios do aleitamento materno, tendo 39 vezes mais chances de ter maior autoeficácia na AM <sup>8</sup>, a baixa escolaridade das mães pode afetar significativamente no desmame precoce, pois dificulta o aprendizado sobre AM durante as consultas de pré-natal. <sup>2</sup>

A idade materna também é um fator que contribui para a autoeficácia da amamentação no puerpério, foi observado que em relação com as mães de menor faixa etária, entre 26 e 35 anos, tiveram somente 12,59, mais chances de elevar os escores da BSES, já na faixa etária acima de 35 anos, possuíam 21,18 mais chances de ter a autoeficácia da AM, visto que a maioria das mulheres com a faixa etária maior, já haviam passado pela experiência de amamentar, lidando melhor com as possíveis dificuldades.<sup>5</sup>

O conhecimento quanto à amamentação se mostra devidamente importante por compreenderem os benefícios imunológicos e nutricionais tanto do lactente quanto para a lactante <sup>2</sup>. Outro fato a ser levado em consideração é a volta do trabalho da mãe, que se torna um fator que contribui para a interrupção precoce da AM, visto que a maioria das mães só recebem 4 meses de licença maternidade, fazendo assim a introdução alimentar precedente na rotina do recém-nascido.

A ausência de rede de apoio e de um companheiro (a) também é um fator que corrobora para o desmame precoce durante o puerpério, pois sabe-se que o período traz diversas mudanças, físicas, emocionais e psicológicas, podendo ser uma experiência solitária, exaustiva e muitas vezes de isolamento social para a mãe, desse modo, a falta de rede de apoio pode intensificar os desafios desse período.<sup>6</sup>

Traumas mamilares também se encontram em um dos desafios mais apresentados pelas puérperas durante a AM, a maioria dos estudos mostram que as mães têm dificuldade com a técnica da mamada e na forma de sucção correta do bebê, podendo gerar escoriações, fissuras,

sangramento, o que causa dor e desconforto para a mãe, sendo um dos principais motivos para interrupção precoce da amamentação.<sup>1</sup>

Foi observado também o uso de chupeta e bicos artificiais como um fator que pode levar a diminuição na frequência da amamentação. Os HAC: Hospital amigo da criança seguem os “Dez passos para o sucesso do aleitamento materno.” Onde o passo 9 diz que é proibido o uso de bicos artificiais nas maternidades para crianças amamentadas.<sup>9</sup>

Os mitos e crenças acerca da amamentação ainda são fortemente reproduzidos na sociedade, trazendo muitas vezes o sentimento de culpa e responsabilidade para as mães, como por exemplo a crença do “leite fraco”, se tratando do colostro, que induz que o leite inicial que é produzido não é completo nutricionalmente para o bebê, muitas mães também acreditam que não estejam produzindo a quantidade de leite suficiente para o lactente, fazendo com que seja precocemente complementado com fórmulas e outros alimentos inadequados.<sup>10</sup>

Quando levamos à temática a amamentação, as informações obtidas, são muitas vezes insuficientes e romantizadas, levando em conta apenas os benefícios. Entretanto, o período puerperal é bem mais abrangente do que isso, os medos e incertezas enquanto a amamentação aflige diversas mulheres, sejam mães ou não, muitas vezes por falta de orientação, influência de mitos relacionados, uma falta de rede de apoio, entre outros motivos.<sup>11</sup>

Contudo, abordagens certas podem mudar a perspectiva da mãe, tais como, orientar de forma individual, entendendo suas limitações e abordando as dúvidas de cada, a efetividade de uma rede de apoio, a viabilidade de materiais educativos nas plataformas digitais para auxílio, o papel dos profissionais de saúde visando um bom acompanhamento e ampliando as discussões acerca da amamentação, fornecendo assim, todo aparato necessário nessa fase do pré-natal e no pós-parto

Diante dessas circunstâncias, é fundamental que os profissionais da saúde estejam aptos e atualizados acerca da amamentação, para discutir a importância da educação e conscientização sobre o AM durante a gravidez no pós parto, e implementar a promoção de incentivo por parte dos órgãos responsáveis de campanhas governamentais trazendo informações.<sup>2</sup>

## CONCLUSÃO

Em finalização da pesquisa, concluímos que o puerpério e a amamentação exclusiva são fatores interligados, e que uma amamentação bem sucedida traz benefícios para ambos envolvidos. Faz-se necessário a rede de apoio familiar e profissionais de saúde capacitados para apoiar, conscientizar e discutir a importância quanto à amamentação durante a gravidez e no pós-parto, contribuindo assim para a promoção da saúde e bem estar materno-infantil.

## REFERÊNCIAS

### Artigos

1. Carine Vieira Bicalho, Camila Dantas Martins, Amélia Augusta de Lima Friche, Andréa Rodrigues Motta. Dificuldade no aleitamento materno exclusivo no alojamento conjunto: revisão integrativa. *Audiol. Commun. Res.* 2021;26. Disponível em <https://doi.org/10.1590/2317-6431-2021-2471>
2. Livia Maria Damasceno Alves dos Santos, Anne Fayma Lopes Chaves, Hilana Dayana Dodou, Bárbara Brandão Lopes, Mônica Oliveira Batista Oriá. Autoeficácia de puérperas em amamentar: estudo longitudinal. *Esc AnnaNery.* 2022;26. Disponível em <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0239>
3. Simone Pedrosa Lima, EvangueliaKotziasAtherino dos Santos, AlacoqueLorenziniErdmann, Ana Izabel Jatobá de Souza. Desvelando o significado da experiência vivida para o ser-mulher na amamentação com complicações puerperais. *Texto contexto -enferm.* 2018;27(1). Disponível em <https://doi.org/10.1590/0104-07072018000880016>
4. Laíse Sousa Siqueira, FloriacyStabnow Santos, Romila Martins de Moura Stabnow Santos, Livia Fernanda Siqueira Santos, Leonardo Hunaldo dos Santos,Livia Maia Pascoal, Marcelino Santos Neto. Fatores associados à autoeficácia da amamentação no puerpério imediato em maternidade pública. *CogitareEnferm.* 2023;28. Disponível em <https://doi.org/10.1590/ce.v28i0.84086>
5. GessandroElpídio Fernandes Barbosa, Janeide M. Pereira, Marianne S. Soares, Luciana Barbosa Pereira, Lucinéia Pinho, Antônio Prates Caldeira. Dificuldades iniciais com a técnica da mamada e impacto na duração do aleitamento materno exclusivo. *Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.* 2018;18(3). Disponível em <https://doi.org/10.1590/1806-93042018000300005>
6. Maria Lorella Gianni, Maria Enrica Bettinelli, Priscilla Manfra, Gabriele Sorrentino, Elena Bezze, Laura Plevani, Giacomo Cavallaro, GennyRaffaeli, Beatrice Letizia Crippa, Lorenzo Colombo, Daniela Morniroli, NadiaLiotto, Paola Roggero, Eduardo Villamor, Paola Marchisio, Fabio Mosca. BreastfeedingDifficultiesand Risk for Early BreastfeedingCessation. *Nutrients.* 2019;11. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31547061/>
7. Lily Gordon, Katherine A. Mason, Emily Mephram, Katherine M. Sharkey. Um estudo de métodos mistos sobre os resultados do sono perinatal e da amamentação em mulheres em risco de depressão pós-parto. *Elsevier Sleep Health.* 2021;11. Disponível em <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2021.01.004>
8. FloriacyStabnow Santos, Rafael Cruz Souza, Paula Gabrielle Gomes Candido, Leonardo Hunaldo dos Santos, Livia Maia Pascoal, Marcelino Santos Neto. Autoeficácia do aleitamento materno em puérperas de uma maternidade pública do nordeste brasileiro. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro.* 2020;10. Disponível em <http://seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/3910/2528>
9. Gabriela dos Santos Buccinil, Maria Helena D'Aquino Benício, Sonia IoyamaVenancio. Determinantes do uso de chupeta e mamadeira. *Revista Saúde Pública.* 2014;8. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rsp/a/qKnpNZ4VYdWtX9pft3JDxMS/?lang=pt>
10. Emanuele Souza Marques, Rosângela Minardi Mitre Cotta, Sílvia Eloiza Priore. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. *Ciência e Saúde Coletiva.* 2011;16. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000500015>

11. Ana Luísa Dantas Diniz Damasceno. Impacto do uso de acessórios para amamentação na continuidade do aleitamento materno: revisão integrativa. FACISA - TCC - Enfermagem. 2022;23. Disponível em <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/46649>