

FACULDADE NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

LUMA CAROL LUCAS LIMA

**BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

MOSSORÓ/RN

2021

LUMA CAROL LUCAS LIMA

**BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada à Faculdade de
Enfermagem Nova Esperança de Mossoró –
FACENE/RN – como requisito para
obrigatório para obtenção do título de
bacharel em Enfermagem

ORIENTADOR(A): Prof. Me. Cindy Damaris
Gomes Lira.

MOSSORÓ/RN

2021

LUMA CAROL LUCAS LIMA

**BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada à Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como requisito para obrigatório para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Aprovado em 28/05/2021

BANCA EXAMINADORA



Prof^a. Me. Cindy Damaris Gomes Lira
Orientadora (FACENE/RN)



Prof^a. Dra. Fabíola Chaves Fontoura
(FACENE/RN)



Prof^a. Esp. Maria Júlia Sabino Costa
(FACENE/RN)

Dedico esse trabalho a todas as mães que estão em processo de amamentação, como incentivo a essa prática.

AGRADECIMENTOS

A Deus por me dar o discernimento e sabedoria para ultrapassar as dificuldades encontradas ao decorrer do curso.

Ao meu filho, minha força, inspiração, e motivo de eu sonhar e buscar a realização desses sonhos, visando sempre o nosso futuro melhor.

Aos meus pais por toda dedicação, ajuda e incentivo, esses sempre sendo meu braço direito, se empenhando nos cuidados com o meu filho para que eu conseguisse realizar as atividades devidas durante o curso, sempre acreditando que eu poderia ir mais longe.

A minha orientadora Cindy Lira, por ser sempre tão solícita, nada seria possível sem sua maestria nas orientações.

A banca, por todas as solicitações de melhoria no meu trabalho.

E a todos que de forma direta, ou indireta contribuíram para a aprovação desse trabalho.

RESUMO

Amamentar, embora seja um ato natural, é também um comportamento, e como tal, pode ser aprendido. A prática do aleitamento materno é de suma importância para a criança, e também de grande valia para sua genitora, devendo ser incentivada e protegida. Tal prática gera um grande impacto na promoção da saúde integral de ambos, mãe e bebê, pois é constituída enquanto estratégia natural na formação de vínculos entre a dupla, gerando afeto, nutrição e proteção, conseqüentemente, reduzindo a morbimortalidade infantil e materna. Essa pesquisa tem como objetivo geral: descrever, com base na produção literária científica, os benefícios da amamentação para a nutriz. Enquanto objetivos específicos analisar o conhecimento das mulheres gestantes e puérperas acerca da amamentação; investigar a influência do meio, onde a nutriz está inserida, na prática da amamentação; e, identificar como os profissionais de saúde, principalmente a equipe de enfermagem, podem fortalecer a prática do aleitamento materno. O percurso metodológico desse estudo se deu por meio de revisão integrativa, a partir da questão: Quais os benefícios que a amamentação pode trazer para as mulheres? O levantamento dos dados foi feito nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online) a partir do cruzamento de descritores previamente. Os dados coletados foram organizados em quadros sinópticos, analisados e discutidos em categorias.

Palavras-chaves: Aleitamento materno; Saúde da mulher; Benefícios; Enfermagem.

ABSTRACT

Breastfeeding, although it is a natural act, is also a behavior, and as such, it can be learned. The practice of breastfeeding is of paramount importance for the child, and also of great value for his / her mother, and should be encouraged and protected. Such practice has a great impact on the promotion of integral health for both mother and baby, as it is constituted as a natural strategy in the formation of bonds between the pair, generating affection, nutrition and protection, consequently, reducing infant and maternal morbidity and mortality. This research has as its general objective: to describe, based on scientific literary production, the benefits of breastfeeding for the nursing mother. As specific objectives, analyze the knowledge of pregnant and postpartum women about breastfeeding; investigate the influence of the environment, where the nursing mother is inserted, in the practice of breastfeeding; and, identify how health professionals, especially the nursing team, can strengthen the practice of breastfeeding. The methodological path of this study took place through an integrative review, based on the question: What are the benefits that breastfeeding can bring to women? The survey of data was made in the databases LILACS (Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences), BDENF (Nursing Databases) and SCIELO (Scientific Electronic Library Online) from the crossing of descriptors previously. The collected data were organized in synoptic tables, analyzed and discussed in categories.

Keywords: Breastfeeding; Women's health; Benefits; Nursing.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E PROBLEMATIZAÇÃO	8
1.2 JUSTIFICATIVA	10
1.3 HIPÓTESE.....	11
1.4 OBJETIVOS	11
1.4.1 Objetivo Geral	11
2 REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1 O ALEITAMENTO MATERNO	12
2.2 OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MÃE	13
2.3 A ENFERMAGEM COMO FACILITADORA NO PROCESSO DA AMAMENTAÇÃO	14
3. CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS.....	16
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES	19
4.1 VISÃO GERAL QUANTO A AMAMENTAÇÃO	26
4.2 A AMAMENTAÇÃO E A ATENÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM.....	28
4.3 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER.....	30
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	33
REFERÊNCIAS	34
APENDICE A –INSTRUMENTO DE BUSCA PARA REVISÃO INTEGRATIVA	38
APÊNDICE B – INSTRUMENTO PARA EXTRAÇÃO DE DADOS.....	40

1 INTRODUÇÃO

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E PROBLEMATIZAÇÃO

Segundo Furtado e Assis (2018) a amamentação é uma prática que proporciona inúmeros benefícios nutricionais, imunológicos, cognitivo, econômico e social. Os benefícios são duais, tanto para a criança como para a mulher lactante, e tem sua plenitude quando praticado de forma exclusiva até os seis meses de vida, e por pelo menos dois anos do infante.

A prática do aleitamento materno é de suma importância para a criança, e também de grande valia para sua genitora, devendo ser incentivada e protegida. Tal prática gera um grande impacto na promoção da saúde integral de ambos, mãe e bebê, pois é constituída enquanto estratégia natural na formação de vínculos entre a dupla, gerando afeto, nutrição e proteção, conseqüentemente, reduzindo a morbimortalidade infantil e materna (LIMA, S. P. *et al.*, 2019).

São inúmeras as vantagens do aleitamento materno (AM) classificadas a curto e longo prazo, tanto para o recém-nascido (RN) quanto para a mãe. O AM imediatamente após o nascimento, em curto prazo, previne morbidade e mortalidade neonatal. Para a mãe, favorece a liberação de ocitocina e tem efeito protetor nos transtornos do estado de ânimo materno (CAMPOS, GOUVEIA, STRADA, MORAES, 2020).

A AM em longo prazo, tem entre seus benefícios, um melhor desenvolvimento motor dos recém nascidos, além da prevenção do risco de doenças como: diabetes, obesidade, gastroenterite, dentre tantas outras. Na mulher apresenta amenorria lactacional, diminuição de risco de desenvolver diabetes tipo 2, cânceres de ovário e de mama, além de perda de peso mais rápido, diminuindo também chances de desenvolver alergias (CAMPOS, GOUVEIA, STRADA, MORAES, 2020).

O benefício do contato pele a pele (CPP) que o ato da amamentação promove para o RN é considerado efetivo desde a primeira mamada, ou seja, quanto mais precoce a amamentação é incentivada e estimulada, melhor será o tempo para o RN de desenvolver uma sucção eficaz, regulação e manutenção da temperatura corporal e estabilidade cardiorrespiratória (ALMEIDA; LUZ; VEIGA, 2015).

Já para a mulher, com o ato de amamentar precocemente ocorre diminuição da dor causada pelo ingurgitamento mamário, sentimento de alívio, segurança e diminuição

da ansiedade desenvolvida ao longo da gestação (CAMPOS, GOUVEIA, STRADA, MORAES, 2020).

É bem certo que existem situações que restringem, temporária ou definitivamente, a mulher de amamentar seu filho. E na sociedade atual com o advento da pandemia do COVID-19, muitas mães podem apresentar receio em amamentar seus bebês por medo de infectá-los com o novo coronavírus.

Levantamentos sistemáticos das evidências científicas disponíveis pela Organização Pan-Americana da Saúde e pela Organização Mundial da Saúde (BRASIL, 2020) revelam que as recomendações sobre o contato mãe-bebê e aleitamento materno devem se basear em uma consideração ampla, não apenas nos riscos potenciais da COVID-19 para o bebê, mas também dos riscos de morbidade e mortalidade associados ao não aleitamento e uso inapropriado de fórmulas infantis.

O AM traz inúmeros benefícios para a saúde da mulher, porém segundo Martins e Montrone (2017) as informações são insuficientes e falta encorajamento da amamentação para que esses benefícios sejam contemplados. As consultas de pré-natal realizadas por médicos e enfermeiros ainda estão enraizadas ao repasse de informações sobre os benefícios do AM voltados apenas para o bebê.

O protagonismo da mulher durante o ato de amamentar deve ser ressaltado, reconhecido e valorizado pelo profissional de saúde, sendo o papel desse orientá-la, escutá-la e incentivá-la durante esse processo (LIMA, S. P. *et al.*, 2019).

É necessário o incentivo de ações de orientação em saúde sobre a amamentação, focadas na importância do ato de amamentar, no ensino de técnicas para a pega correta. Tendo em vista que a maioria das mulheres primigestas podem apresentar pouca ou nenhuma habilidade no momento de promover a amamentação. Além disso, estudos recentes demonstram que mulheres que receberam apoio e orientações de profissionais capacitados, nas primeiras semanas após o parto, sentiram-se mais seguras e alcançaram maior sucesso durante a amamentação (ALMEIDA; LUZ; VEIGA, 2015).

A orientação da enfermagem durante o pré-natal é muito importante para familiarização das gestantes quanto ao papel do AM tanto para sua própria saúde, quanto para a do bebê; para preparação da mama na prática de aleitar; para necessidade de permanência em alojamento conjunto após o parto; além de alerta aos efeitos do uso de mamadeiras, chupetas e outros hábitos orais (DUARTE *et al.*, 2008).

O profissional de enfermagem que atua com base em políticas e práticas de incentivo ao AM, está trabalhando em conjunto com a população, não somente prestando

uma assistência clínica ao binômio mãe-bebê, mas, também promovendo educação continuada a sua própria equipe (ATHANAZIO *et al.*, 2013). Desta forma, é relevante conhecer, debater e informar acerca dos benefícios que a amamentação pode proporcionar ao organismo da mulher.

Diante do exposto, portanto, esta pesquisa levanta como questão problema: Quais os benefícios que a amamentação pode trazer para as mulheres, conforme as publicações científicas?

1.2 JUSTIFICATIVA

Na literatura, muito se encontra acerca dos benefícios da amamentação para a criança. Conforme exposto por Barbieri *et al.* (2015) o leite materno é um alimento completo e por si só é suficiente para complementar a necessidade nutricional da criança nos seus primeiros 6 (seis) meses de vida, porém, ainda é pouco disseminado os benefícios do amamentar para a nutriz.

A partir de experiências com a amamentação vivenciadas pela pesquisadora, instigou-se o interesse por esta pesquisa e consequente explanação sobre este assunto, a fim de que outras mulheres reconheçam a amamentação não só como um ato benéfico ao bebê, mas também para elas. A vivência de amamentar em livre demanda foi constatada pela pesquisadora como inúmeros benefícios à saúde do corpo e da mente.

Desta forma, para que a amamentação possa acontecer de forma prazerosa é necessário que a mulher tenha conhecimento e informações sobre o assunto, mesmo antes do nascimento da criança, de modo a preparar-se fisiológica e psicologicamente para o ato de amamentar, tornando esse ato prazeroso para ambos. Desta forma, o profissional de enfermagem é considerado uma peça fundamental nesse processo e momento da vida das gestantes, pois realizará educação em saúde no intuito de encorajar e emponderar a mulher para a prática do AM.

Assim, por considerar a importância defendida nessa pesquisa e a necessidade de aprofundar os estudos inerentes ao tema abordado, se construirá este estudo, almejando também embasar e/ou fazer despontar outros trabalhos científicos que ampliem os horizontes já alcançados e descubram outros tantos.

1.3 HIPÓTESE

Neste trabalho, são levantadas hipóteses de que estudos e referências científicas apontariam fatores que indicam que a amamentação traz inúmeros benefícios para a saúde da mulher, e os benefícios estão relacionados ao corpo como um todo, como por exemplo: a redução ao corpo não gravídico mais rápida, menor risco de câncer de mama e de ovário, menor índice de fraturas de quadril por osteoporose e contribuição para o espaçamento entre as gestações.

Por conseguinte, entre as dificuldades no ato de amamentar está o desconhecimento dos benefícios desse ato para mulher lactante. O conhecimento das mulheres em torno da amamentação ainda tem forte ligação com crenças e mitos, sendo imprescindível uma orientação profissional adequada.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo Geral

O objetivo geral deste estudo é descrever, com base nas referências científicas acerca do assunto, os principais benefícios que a amamentação pode trazer para as mulheres.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O ALEITAMENTO MATERNO

O leite materno é o alimento básico para o recém-nascido. Ele oferece benefícios fisiológicos, com quantidades adequadas de nutrientes, fatores imunogênicos que representam a primeira imunização passiva da criança, além de benefícios psicológicos e afetivos. O ato de amamentar é o momento de entrega e aproximação entre mãe e filho. No ato de amamentar há uma transmissão de energia vital da mãe para o bebê e fortalecimento de vínculos afetivos (BARBOSA; SILVEIRA, 2010).

De acordo com Graça, Figueiredo e Conceição (2011), o colostro, leite produzido durante os 7 (sete) primeiros dias, é rico em nutrientes e abrange anticorpos que protegem e aumentam a capacidade de defesa do sistema imunológico, constatando ser um alimento completo para o bebê.

O leite humano é constituído basicamente por proteínas, açúcares, minerais, vitaminas e gorduras que sustentam o crescimento saudável do bebê. O leite materno tem sua composição variada de uma mãe pra outra, sendo este fator influenciado pela idade materna, paridade, saúde e classe de seu estado nutricional, a menos que se trate de causas de subnutrição grave (NICK, 2011). Nesse ínterim, o aleitamento materno pode ser compreendido enquanto o ato de fornecer o leite humano da mãe para o bebê.

Nessa ordem de ideias torna-se importante compreender a classificação do aleitamento materno, sugerida pelo Ministério da Saúde – Brasil (2015):

Aleitamento materno – quando a criança recebe leite materno (direto da mama ou ordenhado), independentemente de receber ou não outros alimentos.

Aleitamento materno exclusivo – quando a criança recebe somente leite materno, direto da mama ou ordenhado, ou leite humano de outra fonte, sem outros líquidos ou sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos.

Aleitamento materno predominante – quando a criança recebe, além do leite materno, água ou bebidas à base de água (água adoçada, chás, infusões), sucos de frutas.

Aleitamento materno complementado – quando a criança recebe, além do leite materno, qualquer alimento sólido ou semissólido com a finalidade de complementá-lo, e não de substituí-lo.

Aleitamento materno misto ou parcial – quando a criança recebe leite materno e outros tipos de leite (p. 13).

Assim, a amamentação é recomendada até os dois anos de idade, e que nos primeiros 6 meses, o bebê deve ser alimentado somente de leite materno, sem necessidade de sucos, chás, água e outros alimentos complementares. Quanto mais tempo de vida o bebê é amamentado, maior os benefícios para ele e para a mãe. Depois dos 6 meses, a amamentação deve ser complementada com outros alimentos saudáveis, seguindo os hábitos alimentares da família (BRASIL, 2015).

De acordo com Nick (2011) o leite humano varia de acordo com o período da lactação, podendo ser chamado de colostro, leite de transição e leite maduro. O colostro, é o primeiro efeito de secreção láctea da lactante e permite a boa adaptação fisiológica do recém-nascido à vida extra uterina. Já o “Leite de transição” é o leite que é produzido entre o quinto e o décimo quinto dia de vida da criança. Por fim, o leite maduro é o que vem dando seguimento ao leite de transição. Esse tem volume e composição estáveis.

Portanto, existe a necessidade do compartilhamento de informações gerais sobre o aleitamento materno para as mulheres, preferencialmente, ainda durante o período gestacional (BARBOSA; SILVEIRA, 2010). Para que o ato de amamentar conduza essa mulher para um processo mais seguro, confiante e que amplie o desejo de se tornar uma nutriz, é preciso que exista informação para a mulher, passadas de forma humanizada.

2.2 OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MÃE

Os benefícios relacionados à saúde da mulher que amamenta são inúmeros: a forma física retorna ao peso pré-gestacional, menor risco de desenvolver artrite reumatoide, risco reduzido de osteoporose aos 65 anos e menor probabilidade de desenvolver esclerose múltipla (STERKEN, 2005).

A amamentação é fonte de importância em vários aspectos na saúde da mulher. O instinto maternal ao amamentar compensa a separação brusca entre mãe e bebê ocorrida durante o parto, evento esse capaz de causar debilidade emocional e até mesmo depressão (MEZZACAPPA, 2002). Nesse sentido, o amamentar forma um “cordão psíquico” entre mãe e filho que pode perdurar até o desmame progressivo (ZAVASCHI, 1991).

Após as mamadas é relatado por mães que existe a redução do estresse e mau humor, sendo esse efeito proporcionado pelo hormônio ocitocina, que é liberado na corrente sanguínea durante a amamentação em livre demanda (MEZZACAPPA, 2002).

Durante o período no qual a mulher amamenta exclusivamente durante os seis meses, existe uma pausa na menstruação, durante esse tempo existe uma proteção anticoncepcional natural de 95% nos primeiros seis meses (LEITE *et al.*, 1999).

Quanto aos tipos de cânceres, a amamentação realizada por no mínimo dois meses, reduz o risco de câncer no epitélio ovariano em 25%. E a amamentação quando feita por um período de três a vinte e quatro meses é um importante fator na prevenção ao câncer de mama (STERKEN, 2005).

Para que a amamentação seja benéfica em todos os sentidos a alimentação da nutriz deve ser balanceada para que todos os seus nutrientes sejam repostos e para que a amamentação siga eficaz. A ingestão de calorias e de água deve ser em uma frequência maior que a habitual. Acredita-se que um consumo extra de 500 calorias por dia seja o suficiente, pois a maioria das mulheres armazena, durante a gravidez, de 2 kg a 4 kg para serem usados na lactação (BRASIL, 2015).

2.3 A ENFERMAGEM COMO FACILITADORA NO PROCESSO DA AMAMENTAÇÃO

Amamentar, embora seja um ato natural, é também um comportamento, e como tal, pode ser aprendido. Por isso, são necessários profissionais da saúde que encorajem e apoiem as mães para que essas iniciem e mantenham a amamentação exclusiva nos primeiros seis meses da criança, e introduzam, no período correto, a alimentação complementar adequada (BARBIERI *et al.*, 2015).

Estudos apontam o pré-natal como o momento mais adequado, para que a mulher seja assistida e apoiada em relação a amamentação, pois é ao iniciar sua experiência gestacional assistida que ela toma decisões a respeito de iniciar e permanecer amamentando (BARRETO *et al.*, 2009).

A enfermagem deve valorizar a ação educativa, pois esta é inerente ao desenvolvimento do trabalho e ao processo de ensino-aprendizagem que perpassa as práticas de saúde. É reconhecido que o processo educativo contribui para a aproximação das pessoas e favorece o fortalecimento das potencialidades individuais e coletivas na valorização da saúde, na utilização dos recursos disponíveis e no exercício da cidadania (DUARTE *et al.*, 2008).

Assim, a enfermagem brasileira apresenta um importante papel no adequado manejo do aleitamento materno, encorajando as mulheres ao ato de amamentar e vislumbrando o aumento das taxas de aleitamento exclusivo e, por conseguinte, a diminuição do desmame precoce e doenças da infância (ÓRIA; GLICK; ALVES, 2005).

A equipe de enfermagem tem competência e habilidade para apoiar as mulheres por meio de orientações, que podem influenciar positivamente o início da amamentação, evitar o desmame precoce e diminuir o surgimento de possíveis complicações durante o amamentar (SOUZA *et al.*, 2011).

3. CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS

Nesta pesquisa é realizada uma revisão integrativa, com caráter descritivo e bibliográfico. Conforme Carvalho *et al.* (2010) definem a revisão integrativa como sendo um método que adapta o resumo de conhecimento intensificado cientificamente em resultados de estudos já existentes. Com isso, permite a combinação de dados, incluindo um processo rigoroso de análise.

Quanto a abordagem do problema, a pesquisa tem natureza qualitativa, ao descrever com base na produção literária científica, os benefícios da amamentação para a nutriz. Minayo (2001) aponta que a pesquisa qualitativa responde a questões particulares. É uma abordagem que se preocupa com um nível de realidade que não pode ser quantificado.

Quanto ao percurso metodológico foi adotado o mesmo indicado por Carvalho *et al.* (2010), em que são organizadas sequencialmente etapas: (1) estabelecimento da temática, seleção da hipótese e dos objetivos da revisão, (2) seleção dos artigos com a aplicabilidade de critérios de inclusão e exclusão, (3) determinação das informações que serão extraídas dos artigos escolhidos, (4) análise crítica dos estudos incluídos, (5) interpretação e discussão dos artigos escolhidos, por fim, (6) apresentação da revisão.

Deste modo, a questão norteadora que direcionou o estudo em questão foi: Quais os benefícios que a amamentação pode trazer para as mulheres, conforme as publicações científicas?

A busca na literatura se deu entre os meses de janeiro a abril de 2021, realizada nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Eletronic Library Online). Para a busca-foram utilizados os descritores presentes no vocabulário preconizado DECs (Descritores em Ciências da Saúde), sendo estes: aleitamento materno; saúde da mulher; benefícios; enfermagem. Os descritores foram entrecruzados com o auxílio do operador booleano AND, oportunamente alinhando os artigos escolhidos para a pesquisa.

A busca na literatura foi direcionada por um instrumento (APÊNDICE A) que contém o objetivo da busca, questão norteadora, as bases de dados a serem acessados, os descritores/palavras-chave, os cruzamentos realizados, critérios de inclusão e exclusão.

Assim, os critérios de inclusão foram: artigos completos publicados em periódicos indexados nas bases de dados supracitadas, disponíveis no idioma português, com

abordagem sobre os benefícios da amamentação para a mulher. Necessariamente as publicações escolhidas foram nas datas de jan./2015 à jan./ 2021.

Quanto aos critérios de exclusão: artigos repetidos nas bases de dados, editoriais, cartas ao editor, manuais, resoluções e protocolos, teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso.

A escolha de artigos publicados dentro de um lapso temporal que abrange os últimos 7 anos, ocorreu em razão da necessidade de compreender a existência de eventuais mudanças nos benefícios que a amamentação traz ao organismo materno, bem como, nas informações e orientações passadas para as mulheres sobre o ato de amamentar.

Contudo, foi aplicado o teste de relevância com a questão norteadora e os critérios de inclusão e exclusão, primeiramente no título. Após esta etapa, cada artigo selecionado no primeiro momento foi analisado em resumo e texto completo, fazendo a triagem de relevância para o conteúdo da pesquisa.

A seletiva de artigos na base de dados SciELO foi desenvolvida em basicamente 03 (três) fases. Na primeira etapa, o número de artigos potencialmente relevantes para a pesquisa foi de 65. Na segunda etapa, essa amostra passou por uma triagem de relevância e aplicabilidade dos critérios de exclusão e foram descartados 9 artigos, restando 56 publicações. Na terceira etapa, após leitura dos resumos e resultados foram excluídos 49 artigos, restando 7 para leitura completa e análise

A seletiva de artigos na base de dados LILACS também foi desenvolvida em 03 (três) fases. Na primeira etapa, o número de artigos potencialmente relevantes para a pesquisa foi de 270. Na segunda etapa, essa amostra passou por uma triagem de relevância e aplicabilidade dos critérios de exclusão e foram descartados 6, restando 264 publicações. Na terceira etapa, após leitura dos resumos e resultados foram excluídos 253 artigos, restando 11 para leitura completa e análise-

Portanto essa pesquisa abordou 18 artigos presentes nas plataformas LILACS e SCIELO. Posteriormente a seleção dos artigos, os dados dos estudos selecionados foram extraídos com o auxílio de um quadro sinótico, instrumento construído e validado por Ursi e Galvão (2006), adaptado para as peculiaridades desta temática (APÊNDICE B). Este instrumento contém os seguintes itens: identificação do artigo por título/autores/anos de publicação, base de dados/periódico, população estudada/abrangência do estudo, resultados (benefícios da amamentação) e considerações.

A análise dos dados se deu de forma minuciosa, com interpretação organizada em categorias de discussão. Os benefícios da amamentação para a mulher foram discutidos com base na literatura científica atualizada.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com vistas a intensificar a obtenção e análise dos dados, os 18 artigos pré-selecionados foram apreciados na busca de informações coerentes a questão norteadora desse estudo. A plataforma que apresentou mais artigos relacionados à temática foi a LILACS, correspondendo à 62% dos artigos pesquisados, já a SCIELO correspondeu à 38% dos artigos pesquisados.

Descreveram-se os achados em quadro sinótico nas seguintes variáveis: identificação do artigo por título/autores/anos de publicação, base de dados/periódico, resultados e considerações.

Quadro 1 - Quadro sinótico com especificações dos artigos utilizados na revisão integrativa. Mossoró/RN – Brasil, 2021.

Quadro Sinótico			
Nº Art.	Título/autores/anos de publicação	Base de dados/periódico	Resultados e considerações
Art. 1	Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna (ROCHA <i>et al.</i> , 2018)	SciELO/ Cad. Saúde Pública, vol. 34	A análise das árvores de similitude revelou diferenças importantes nas suas estruturas. Referente às vivências negativas da amamentação exclusiva, a árvore de similitude apresentou configuração mais ramificada, evidenciando uma teia de inter-relações mais ampla comparada à configuração da árvore de similitude das vivências positivas.
Art.2	Fatores associados à prática do aleitamento materno exclusivo por pelo menos seis meses no estado de Pernambuco (CAVALCANTE <i>et al.</i> , 2015)	SciELO/ Revista Brasileira de Epidemiologia	Dos 8 agrupamentos de variáveis consideradas como possíveis preditoras do AME por pelo menos 6 meses, mantiveram-se como fatores associados a idade materna entre 20 - 35 anos, sendo a odds ratio (OR) 2,5 e o intervalo de confiança de 95% (IC95%) 1,4 - 4,5; e a escolaridade de 5 - 8 anos de estudo (OR 2,1; IC95% 1,2 - 3,6).

Art.3	Fatores que implicam no processo do contato precoce e aleitamento materno na sala de parto (SILVA, M. M. <i>et al.</i> , 2020)	SciELO/ Cadernos Saúde Coletiva	As contribuições da mulher no contato precoce e aleitamento materno na visão dos profissionais de saúde estão ligadas ao desejo e aceitação, por outro lado, a passividade delas, o ambiente de vivência familiar, mitos, tabus, fatores socioeconômicos e culturais foram identificados como dificultadores. Entre as estratégias para a melhoria do contato precoce e do aleitamento materno na sala de parto, os participantes identificaram fatores facilitadores como assistência humanizada, orientações durante o pré-natal, parto sem complicações; e fatores dificultadores como complicações no parto, a ausência de acompanhantes e o parto cesáreo.
Art.4	Ações do programa de puerpério na atenção primária: uma revisão integrativa. (BARATIERI <i>et al.</i> , 2019)	SciELO/ Ciência & Saúde Coletiva	Após realizar os cruzamentos entre os DeCS/Mesh Terms, foram encontradas 1974 referências e, ao término das estratégias de seleção do material, selecionou-se 43 para análise e discussão. Pode-se considerar que a literatura que aborda a atenção à mulher no puerpério no âmbito da APS é escassa, pois a maior parte dos estudos selecionados não fez uma abordagem integral da atenção puerperal, de modo que as evidências se limitaram a temas pontuais de ações específicas, e estudos avaliativos restringiram-se apenas a avaliações de processo
Art.5	Trabalho feminino, políticas familiares e discursos pró-aleitamento materno:	SciELO/ Saúde em Debate	A despeito do incremento conquistado na prática do aleitamento materno no Brasil nos últimos quarenta anos, as taxas,

	avanços e desafios à equidade de gênero (KALIL <i>et al.</i> , 2016)		principalmente as relacionadas à amamentação exclusiva, continuam, segundo Souza, Espírito Santo e Giugliani (2010), abaixo do recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS).
Art.6	Capacitação de profissionais de saúde em aleitamento materno e sua associação com conhecimentos, habilidades e práticas. (JESUS <i>et al.</i> , 2017)	SciELO/ Ciência e Saúde Coletiva	A capacitação de profissionais de saúde tem sido um fator fundamental para a melhoria dos conhecimentos, habilidades e práticas profissionais e hospitalares, corroborando o preconizado pelo passo 2 da IHAC: capacitar toda a equipe de cuidados de saúde para a implementação de normas e rotinas favoráveis à amamentação. A Política Nacional de Educação Permanente em Saúde (Portaria GM/MS nº1996, 20 de agosto de 2007) também corrobora a necessidade de transformar as práticas institucionais através da formação e do desenvolvimento dos profissionais de saúde, compreendendo o espaço de trabalho como um espaço de aprendizado e aprimoramento constantes.
Art.7	Aleitamento materno: estudo comparativo sobre o conhecimento e o manejo dos profissionais da Estratégia Saúde da Família e do Modelo Tradicional (VASQUEZ <i>et al.</i> , 2015)	SciELO/ Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil	Este estudo incluiu profissionais atuantes nas UBS de modelo tradicional e também nas com ESF, permitindo a obtenção de abrangente panorama sobre conhecimentos e práticas na área do AM, no município em questão. Foi constatado que os profissionais da ESF alcançaram médias de acerto mais elevadas, tanto no conhecimento quanto no manejo do AM, quando comparados aos do modelo tradicional.

Art.8	Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa (LIMA, S. P. <i>et al.</i> , 2019)	LILACS/ Rev Fun Care Online	Em suma, o conhecimento das mães gira em torno das vantagens do aleitamento materno que são direcionadas para o bebê. Entretanto, surgem poucos estudos nos quais as mulheres referem como vantagem a prevenção contra o câncer de mama, a recuperação mais fácil e rápida do parto, a garantia de evitar a depressão e a perda de peso, demonstrando o desejo delas em retornarem ao peso pré-gravídico.
-------	---	-----------------------------	---

Art.9	Amamentação em foco: O que é publicado nas revistas femininas no Brasil? (SILVA, M. N. <i>et al.</i> , 2018)	LILACS/ REME rev. min. enferm.	Os efeitos positivos do AM alcançam mãe e filho ao fortalecer laços afetivos, oportunizar intimidade, gerar sentimentos de segurança na criança e de autoconfiança e realização na mulher. Além de oferecer proteção contra infecções na infância e má-oclusões, reduzir sobrepeso e diabetes, aumentar a inteligência e reduzir a mortalidade em menores de cinco anos, traz, para as mulheres, diminuição do risco de câncer de mama e ovário, diabetes tipo, além de aumentar o intervalo entre gestações. Esses benefícios são importantes para o alcance de muitos dos objetivos de desenvolvimento sustentável até 2030.
Art.10	Conhecimento de puérperas sobre amamentação e introdução alimentar (BRITO <i>et al.</i> , 2017)	LILACS/ Rev. bras. promoç. Saúde (Impr.)	A frequência de dificuldades na amamentação variou entre 5% e 45% conforme o aspecto avaliado. As escoriações do tecido mamário associaram-se com bebê que não mantém

			<p>a pega, sucções rápidas com estalidos e lábio inferior virado para dentro ($p < 0,05$) na amamentação. Sobre o conhecimento, 65% ($n=26$) desconheciam os benefícios da amamentação para a mãe, 88% ($n=35$) citaram o crescimento e 75% (30), a imunidade e o vínculo como benefícios para o filho; 45% ($n=18$) não sabiam definir aleitamento exclusivo e 95% ($n=18$) citaram que a introdução da alimentação complementar deveria ocorrer após os 6 meses.</p>
Art.11	O imaginário feminino e sua invisibilidade no aleitamento materno exclusivo: estudo exploratório (ALVES <i>et al.</i> , 2016)	LILACS/ Online braz. j. nurs. (Online)	<p>A maioria das mulheres revelou conhecer a importância e os benefícios do aleitamento materno, por ser uma prática importante e por proporcionar uma boa condição de saúde e desenvolvimento ao filho. Aspectos que beneficiam a mulher que amamenta foram explicitados, porém, em menor intensidade quando comparável às relacionadas à saúde do bebê.</p>
Art.12	Por que investir e o que será necessário para melhorar as práticas de amamentação? (ROLLINS <i>et al.</i> , 2016)	LILACS/ Epidemiol. serv. Saúde.	<p>Nossa série mostra que a amamentação contribui para um mundo mais saudável, mais educado, mais equitativo e mais ambientalmente sustentável. Mas a relevância da amamentação é questionada na sociedade. As mulheres são induzidas ao uso de substitutos do leite materno e têm dúvidas sobre sua própria capacidade</p>

			de amamentar. Elas, suas famílias e os profissionais da saúde não estão completamente convencidos dos benefícios da amamentação: a amamentação em público pode gerar um constrangimento, e até mesmo chegou a ser proibida, enquanto o uso de mamadeira causa pouca reação; o Código não é legislado, fiscalizado ou monitorado em todos os países, e a indústria de substitutos do leite materno.
Art.13	Fatores sociodemográficos maternos associados ao aleitamento materno exclusivo (BARBOSA. K. I. <i>et al.</i> , 2019)	LILACS/ Revista Cuidare.	Este estudo apresentou baixa frequência da prática do AME em crianças menores de 24 meses e dentre as famílias das crianças beneficiárias de algum programa social se evidenciou maior tempo de AME.
Art.14	Qualidade da relação da gestante com as pessoas próximas e o aleitamento materno (PERES <i>et al.</i> , 2021)	LILACS/ Esc. Anna Nery Rev. Enferm.	A literatura aponta que relacionamentos amorosos saudáveis são baseados no respeito e na confiança, e sua qualidade está diretamente relacionada aos afetos positivos e à satisfação conjugal, podendo tornar-se importante fator de proteção de saúde mental. Como nesse estudo as mulheres têm a presença do companheiro, isso pode ser fator protetor para sua saúde mental, o que, por sua vez, poderia contribuir para sua confiança em condutas com o filho.
Art.15	Práticas de enfermeiros e a influência sociocultural na adesão ao aleitamento materno (HIGASHI <i>et al.</i> , 2021)	LILACS/ Rev. baiana enferm.	Após a análise dos dados emergiu uma categoria intitulada “Promovendo o aleitamento materno e as implicações socioculturais na prática da

			amamentação”, seguida por duas subcategorias: Práticas de enfermeiros durante o gravídico-puerpural e a influência sociocultural na adesão ao aleitamento materno; e Práticas obstétricas e pediátricas e os desafios no puerpério (imediate e mediato).
Art.16	O enfermeiro como facilitador do processo de aleitamento materno (LEAL, M. R., 2020)	LILACS/Nursing (São Paulo)	A Organização Mundial da Saúde (OMS) em conjunto com o Ministério da Saúde (MS) recomenda a amamentação por dois anos ou mais com exclusividade nos primeiros seis meses de vida da criança. Os benefícios da amamentação são reconhecidos mundialmente e cientificamente para a dupla, mãe e recém-nascido (RN), para a criança é um fator determinante no desenvolvimento imunológico, redução de processos alérgicos, prevenção da obesidade, hipertensão, colesterol, diabetes e redução da morbimortalidade infantil devido a infecções respiratórias e diarreia, favorecendo o desenvolvimento cognitivo e da cavidade bucal, no entanto para a mulher que amamenta, estas obtém proteção contra o câncer de mama, câncer de ovário, câncer uterino, hipercolesterolemia, hipertensão, cardiopatias, obesidade; doenças metabólicas, osteoporose, depressão pós-parto, como também melhor benefício custo financeiro e duplicação afetiva.

Art.17	Consultoria em amamentação durante a pandemia COVID-19: relato de experiência (LIMA, A. C. <i>et al.</i> , 2020)	LILACS/ Esc. Anna Nery Rev. Enferm.	A consultoria em amamentação constituiu-se como um dispositivo agregador na saúde das mulheres que favorece tanto a promoção do aleitamento materno quanto a saúde mental durante a pandemia de Covid-19. Este relato traz direcionamentos para uma prática holística, com vistas à melhoria da qualidade do cuidado prestado, levando-se em consideração os atuais desafios da promoção da saúde diante da pandemia e pode fomentar novas estratégias exitosas.
Art.18	Contribuição do enfermeiro ao aleitamento materno na atenção básica (SILVA, L. S. <i>et al.</i> , 2020)	LILACS/ Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)	Emergiram duas categorias temáticas Contribuições do enfermeiro para a promoção do aleitamento materno durante o pré-natal e A visita puerperal como instrumento para a promoção do aleitamento materno.

Fonte: Elaborado pela autora

Diante do quadro anterior, a síntese dos artigos resultou em três categorias analíticas: Visão geral quanto a amamentação; A amamentação e a atenção dos profissionais de enfermagem; e por fim, Benefícios da amamentação para a mulher.

4.1 VISÃO GERAL QUANTO A AMAMENTAÇÃO

O ato de amamentar é de suma importância para a mãe, a criança e a 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 da dupla mãe/bebê e, conseqüentemente, na redução da morbimortalidade infantil e materna (LIMA, S. P. *et al.*, 2019).

De onde brota o precioso leite, o corpo feminino é objeto de ordenações, agora como instrumento de garantia da saúde da criança tornado público pelos governos e por

organizações internacionais. Acontece que mulheres brasileiras de diversos estratos socioeconômicos ligam, como componente imprescindível, tanto o sistema 'reprodutivo' (organizado em torno de atividades de gestar, parir, alimentar e cuidar das crianças e da família) quanto o sistema produtivo, como população economicamente ativa (KALIL *et al.*, 2016).

Os fatores que influenciam a amamentação, e a sua modalidade exclusiva, envolvem, fatores sociais, econômicas, culturais e psicológicas (PERES *et al.*, 2021).

O processo de amamentação para as mães é pontuado como uma prática carregada de aspectos positivos, mas também negativos. Os aspectos negativos abordados incluem o cansaço, a limitação do seu tempo para exercer as funções de mãe-mulher e de trabalhadora e a necessidade de ajuda para realizar a amamentação e os aspectos relevantes para a ocorrência da amamentação exclusiva mais prolongada é que a motivação das mães favoreceu o prolongamento dessa prática, assim como o conhecimento sobre os seus benefícios e o apoio da família (ROCHA *et al.*, 2018).

No Brasil, a literatura mostra que alguns fatores podem influenciar positivamente no sucesso da amamentação exclusiva. Dentre eles destacam-se, em relação à mãe, a idade de 20 a 35 anos, a escolaridade de 9 séries ou mais, o trabalho no lar, o parto normal, a renda familiar ≥ 1 salário mínimo, a orientação sobre amamentação no pré-natal e a realização de 6 ou mais consultas pré-natais. Valoriza-se, ainda, a moradia na área urbana, o início do pré-natal ainda no primeiro trimestre e a assistência do profissional médico na realização do parto (CAVALCANTE *et al.*, 2015).

As estratégias para a melhoria do contato precoce e do aleitamento materno na sala de parto, tem fatores facilitadores como assistência humanizada, orientações durante o pré-natal, parto sem complicações; e fatores dificultadores como complicações no parto, a ausência de acompanhantes e o parto cesáreo (SILVA, L. S. *et al.*, 2020).

As Políticas de saúde tanto em âmbito nacional como internacional empregam esforços e constituem indicativos, práticas e estratégias para o cuidado puerperal, especialmente com relação aos cuidados primários, verificando que a utilização correta de métodos adequados é fundamental para atenção integral. Mesmo com essas iniciativas, deve-se destacar que o cuidado pós-parto na Atenção Primária em Saúde necessita de revisões e adaptações, com melhora da estrutura física e material, gestão e assistência nos serviços de saúde, qualificação profissional, cuidado centrado na mulher, superação da atenção tecnicista, contribuindo assim para a melhoria da saúde da mulher (SILVA, M. N. *et al.*, 2018).

Em estudo realizado por Silva, M. N. *et al.* (2018), a amamentação dificilmente foi discutida como uma responsabilidade social coletiva e pareceu evidente nas revistas a visão de uma prática solitária, cheia de culpa e sofrimento. Prevalece a imagem da mulher nutriz assexuada, totalmente abdicada em prol da saúde do filho e, que ainda assim, é responsabilizada individualmente pelo sucesso ou insucesso da amamentação. Isso torna evidente a necessidade de uma mudança no modelo de atenção à saúde da nutriz, que deve ultrapassar o modelo biomédico, tornando relevantes as discussões que abarquem os direitos reprodutivos e sexuais e o exercício da maternidade, dentro do âmbito social.

É de suma importância utilizar ferramentas que auxiliem na identificação do apoio primário para a gestante na atenção primária à saúde possibilitando que a equipe de saúde direcione suas ações com enfoque no cuidado para além da mulher, levando em consideração seus vínculos estabelecidos. Nesta pesquisa, a escala ARI mostrou-se método efetivo para avaliar a qualidade de um relacionamento com uma pessoa próxima, pois quando seus resultados são positivos, maior é o apoio recebido pela gestante e, conseqüentemente, maiores são as influências para que a mulher inicie e mantenha o AME. Ao contrário, quando o resultado é negativo, a equipe de saúde pode dedicar-se a construir esse relacionamento na família para o suporte que a mulher irá necessitar durante a gestação e após o nascimento do bebê (PERES *et al.*, 2021).

4.2 A AMAMENTAÇÃO E A ATENÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

De acordo com Peres *et al.* (2021) nas últimas décadas, diversos programas e políticas de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno (AM) foram implementadas com o propósito de fortalecer esta prática e propor novas estratégias para maior conscientização e melhora dos indicadores de saúde materno-infantil.

As políticas de saúde em âmbito nacional e internacional empenham-se e estabelecem diretrizes, ações e estratégias para atenção puerperal, em especial em cuidados primários, na ciência de que recursos adequados são requisitos essenciais para atenção integral. Apesar dessas iniciativas, há evidências de que o cuidado pós-parto na APS necessita adequações, com melhora da estrutura física e material, gestão e assistência nos serviços de saúde, qualificação profissional, cuidado centrado na mulher, superação da atenção tecnicista, contribuindo assim para a melhoria da saúde da mulher (BARATIERI, T. S., 2019).

As intervenções realizadas pelo enfermeiro no âmbito da atenção primária de saúde (APS) buscam promover, proteger e assegurar que o ciclo gravídico da mulher ocorra com total segurança e qualidade, identificando precocemente as alterações e reduzindo os riscos e complicações que possam surgir. Visto isso, especialmente durante o pré-natal, este profissional desenvolve suas ações para orientar, informar e conscientizar acerca dos benefícios da amamentação tanto para o lactente quanto para a nutriz, para que, após o nascimento, o aleitamento materno ocorra de forma prazerosa, e mesmo diante de alguma dificuldade, esta possa ser resolvida, juntamente com uma rede de apoio fortalecida e com o suporte de uma equipe multiprofissional (PERES *et al.*, 2021).

De acordo com Silva, M. N. *et al.* (2018) o período de amamentação é um processo de adaptação de uma nova fase para a mulher, podendo ela sentir insegurança e desesperança. Assim, o acompanhamento do enfermeiro torna-se um importante fator para identificar as dificuldades que poderão surgir durante o aleitamento, podendo intervir de maneira colaborativa para melhoria da situação, junto com a mãe, sendo a Estratégia Saúde da Família (ESF) o melhor ambiente para que esta prática seja efetivada. A ESF apresenta como um dos pilares principais a saúde.

Os profissionais de enfermagem são fundamentais na promoção e apoio ao aleitamento materno, e necessitam de conhecimentos sobre o manejo da amamentação, os cursos, como por exemplo de IHAC (Curso de Aleitamento Materno da Iniciativa Hospital Amigo da Criança) (JESUS *et al.*, 2017).

No Brasil, a literatura, segundo Vasques *et al.* (2015), mostra que alguns fatores podem influenciar negativamente o sucesso da amamentação exclusiva, favorecendo o desmame precoce. Entre eles destacam-se: uso de chupeta pelos lactentes, presença de fissura mamilar nas lactantes, práticas hospitalares inadequadas, mudança da estrutura social acarretando o trabalho materno fora do lar, ausência da mulher ao pré natal, depressão pós-parto, além do nível de escolaridade da mãe, o qual influi na obtenção de esclarecimentos sobre a amamentação.

O manejo clínico adequado, por parte dos profissionais de enfermagem é de suma importância para a realização da amamentação de forma correta e prazerosa. Esse manejo não é simplesmente sobre conhecimentos básicos e habilidades, mas também na boa comunicação, conseguindo assim orienta-las e ouvir as suas colocações sobre o ato de amamentar. A rede básica de saúde (RBS) é a principal responsável pela assistência antes e depois do parto. As informações e o apoio oferecidos às gestantes no decorrer do pré-natal e na saída da maternidade dependem da atuação desta, sendo ela indispensável na

promoção, proteção e apoio a amamentação até os seis meses, prolongando-se aos dois anos ou mais. Ressalta-se que as orientações sobre o aleitamento materno e a realização da lactação devem ser continuadas nas consultas pré-natais e no pós-parto da mulher (VASQUEZ *et al.*, 2015).

Além disso, estudos realizados por Barbosa *et al.* (2019) mostram que mães que não foram bem orientadas sobre a importância da amamentação, planejam amamentar seus filhos por menos tempo do que o indicado por especialistas. A decisão da nutriz em amamentar é coletiva, portanto, envolve a família, os profissionais de saúde, empregadores, a mídia e a comunidade. A melhora nas práticas de amamentação poderia prevenir, a cada ano, as mortes de 823.000 crianças menores de 5 anos e de 20.000 mulheres, por câncer de mama. A amamentação também reduz a morbidade e melhora o potencial de escolaridade para as crianças, e conseqüentemente sua renda quando adultos.

Dentre os fatores responsáveis pelo desmame precoce de crianças menores de 6 meses, estão relacionados diretamente às questões psicossociais, como ausência de confiança, indecisões, crenças, dor nos mamilos e ansiedade. Gerando assim, o ato da amamentação exclusiva até os seis meses de idade do bebê frustrante e negativo para a lactante. Isso remete o quanto é importante e necessário a busca de novas estratégias, objetivando o reestabelecimento do AME, como também a promoção, segurança, proteção e apoio às nutrizes. As estratégias e tecnologias como álbum seriado, cartilha, vídeo educativo, manual, oficinas, oferecem apoio, suporte e orientações necessárias para a eficácia do aleitamento materno (LEAL, 2020).

4.3 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER

As mulheres expressam sentimentos de prazer, satisfação e felicidade, reconhecendo a importância da amamentação para elas e seus filhos. Sendo assim, se sentem valiosas e dedicadas. A amamentação é concebida como um dom divino, que faz parte da natureza feminina. Em outros estudos, a amamentação é vista como algo que ultrapassa a fronteira do biológico, sendo considerado um processo natural, tornando-se um canal de comunicação e manifestação de amor, formando vínculo emocional e um desafio existencial (LIMA, S. P. *et al.*, 2019).

Conforme os estudos de Brito (2017), grande parcela das mães desconhece o significado de aleitamento materno exclusivo. As que souberam responder a dada pergunta, relataram que deve ser realizada até o sexto mês de vida apenas a oferta do leite

materno, porém uma parcela dessas mães citou sentir a necessidade de ofertar outros líquidos, como água e chás, a fim de saciar a sede dos bebês, cujo fator pode estar associado às crenças e mitos sobre amamentação. Os chás e água são contraindicados, pois podem levar à saciedade, diminuindo a ingestão de leite materno e acarretando em déficit calórico. A maioria das entrevistadas do referido estudo, acreditava que a amamentação trazia benefícios apenas para os bebês, resultado semelhante foi encontrado em outro estudo. As mães que referiram que o aleitamento materno traz benefícios para a mulher, citaram a perda de peso no pós-parto como principal benefício, dado também encontrado em outro estudo.

Este aspecto que pode ser explicado pela falta de orientação durante o pré-natal e também pelo fato de as mulheres sentirem-se cobradas pela sociedade sobre o aleitamento materno, entendendo que essa prática deve ser uma obrigação materna e não uma escolha consciente e benéfica para o binômio mãe/bebê.

De acordo com estudos de Rollin *et al.* (2016) o trabalho materno é um dos motivos principais para não amamentar ou para o desmame precoce. Seu efeito é multidimensional, e inclui fadiga, praticidade e intensidade. O grande número de mulheres no mercado de trabalho chama a atenção para a importância dos intervalos durante o trabalho e em salas próprias no local de trabalho para amamentação e a provisão da licença maternidade. A maioria dos estudos reporta efeitos negativos do trabalho na amamentação; mulheres que planejam retornar ao trabalho após o parto têm menor probabilidade de iniciar ou continuar a amamentação

Quando perguntado as mulheres sobre os benefícios do leite materno são relatados sobre o mecanismo de proteção contra doenças na criança. É notório a pouca valorização da amamentação à saúde materna, portanto é importante que a mãe seja estimulada, orientada e encorajada a realizar essa prática de maneira satisfatória. Baseado na pesquisa observa-se que ainda se tem a amamentação voltada exclusivamente como benéfica apenas para a criança, deixando de lado os benefícios à mãe. Por isso desde o pré-natal deve-se acontecer a explanação destes benefícios, de forma a empoderar a mulher a realizar a amamentação, pensando não só no bebê, mas também nos benefícios voltados a ela (ALVES *et al.*, 2016).

A partir de estudo feito por Lima A. C. *et al.* (2020), diante o cenário da pandemia do novo coronavírus, as mulheres se viram prejudicadas pela ausência da rede de apoio, o que se tornou um fato preocupante, pois a presença física da família ocupa o primeiro lugar na referência das mulheres brasileiras. Ter uma pessoa da família por perto facilita

vários aspectos: os cuidados ministrados pelos familiares aos recém-nascidos e o apoio à própria puérpera, dando sensação de força e melhora da autoestima.

Higashi (2021) e seus colaboradores relatam sobre os fatores associados à adesão ao aleitamento materno exclusivo identificando que as orientações sobre a amamentação durante o pré-natal apresentam benefícios diretos em relação à adesão e eficácia. De modo a destacar o importante papel do aconselhamento gestacional, pois, além de propiciar o aumento da autoeficácia da amamentação das mães, amplia a resolutividade dos problemas e dificuldades durante o período.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A amamentação embora seja um ato natural, é uma prática que pode ser aperfeiçoada, para que aconteça de forma prazerosa para mãe e também para o bebê. O estudo foi realizado para explicar esse importante tema, de modo que as mulheres tenham maior interesse em amamentar em livre demanda, visando não apenas benefícios para o filho, mas também para ela.

Durante toda a pesquisa é comprovado que os benefícios são duais, mas que ainda existem mulheres que amamentam visando apenas o leite materno como fonte de nutrientes para o bebê, e é importante que essa ideia seja mudada, e que informações corretas sejam passadas para que haja maiores índices de mães amamentando. Essas informações devem ser inicialmente repassadas a partir do pré-natal.

Quanto ao objetivo da pesquisa, foi atingido, em vista de muitas informações contidas nesse estudo que podem aumentar o conhecimento das mulheres acerca da amamentação e seus benefícios, frisando a importância de uma rede de apoio, tanto no âmbito familiar, quanto dos profissionais da saúde.

Outro ponto a ser considerado, é de que durante a formação o profissional de enfermagem precisa compreender a importância de adotar uma conduta que esteja focada nas necessidades dos seus pacientes, visando ações e programas envolvam e beneficiem as mães durante todo o percurso, assim, formando profissionais que lutam pela desigualdade na assistência de saúde à população.

Por fim, conclui-se que as mulheres necessitam de um maior amparo, incentivo e empoderamento quanto a prática de amamentação, precisam de mais informações acerca dos benefícios duais, da importância de amamentarem por tempo suficiente, ou até mesmo por tempo prolongado.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. M. de.; LUZ, S. A. B.; DA VEIGA U.E.D.F. Apoio ao aleitamento materno pelos profissionais de saúde: revisão integrativa da literatura. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33, n. 3, p. 355-362, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-05822015000300355&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em 15 out. 2020.
- ALVES *et al.* O imaginário feminino e sua invisibilidade no aleitamento materno exclusivo: estudo exploratório. **Online braz. J. Nurs. (Online)**, 2016.
- ATHANAZIO, A.R. *et al.* “A importância do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno no copinho ao recém-nascido: revisão integrativa”. **Rev. Enferm UFPE online**, v.7, p.4119-29, Recife, 2013. Disponível em: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/11640-160793-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/11640-160793-1-PB%20(1).pdf). Acessado em 08 out. 2020.
- BARATIERI, Tatiane; NATAL, Sonia. Ações do programa de puerpério na atenção primária: uma revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, 2019. Disponível em: SciELO.
- BARBIERI, M. C.; BERCINI, L. O.; BRONDANI, K. J. M.; FERRARI, R. A. P.; TACLA, M. T. G. M.; SANT’ANNA, F. L. Aleitamento Materno: Orientações Recebidas no Pré-Natal, Parto e Puerpério. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 36, n. 1, p. 17-24, ago. 2015. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/16480-102285-1-PB.pdf>. Acessado em: 28 out. 2020.
- BARBOSA, Kesya Irene Pinheiro; OLIVEIRA, Conceição Sueli Ismael. Fatores sócio-demográficos maternos associados ao aleitamento materno exclusivo. **Rev. Cuid (Bucaramanga)**, 2019.
- BARBOSA, N. B.; SILVEIRA, M. M. M. Aleitamento Materno no Município de Anapólis: Saberes e práticas na estratégia saúde da família. **Revista APS**. v.13, n.4, 2010. Disponível em: < <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/14626> >. Acesso em: 11 out. 2020.
- BARRETO, C.A. *et al.* Aleitamento materno: a visão das puérperas. **Rev. Enf.** v.11 n.3 p. 605-11, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-311X2005000100003&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em 26 out. 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2. ed. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2015. 184 p.: il. (Cadernos de Atenção Básica; n.23). Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf> Acesso em: 20 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Perguntas Frequentes – Amamentação e COVID-19. 1. ed. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2020. 15p. Disponível em: < <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-crianca/covid-19-e-aleitamento-materno-orientacoes-da-sbp-e-rblh/>>. Acesso em: 20 nov. 2020.

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. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 4, p. 150-54, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/rgenf/v41nspe/pt_1983-1447-rgenf-41-spe-e20190154.pdf Acesso em: 08 out. 2020.

CARVALHO, R.A.D.; SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf>. Acessado em 16 nov. 2020.

CAVALCANTE *et al.* Fatores associados à prática do aleitamento materno exclusivo por pelo menos seis meses no estado de Pernambuco. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, 2015. Disponível em: SciELO.

DE BRITO DE SOUZA ROSA, Juliana; ELENA DELGADO, Susana. Conhecimento de puérperas sobre amamentação e introdução alimentar. **Rev. Bras. Promoç. Saúde (impr)**, 2017.

DUARTE, A.M.L. *et al.* “Aleitamento materno: uma abordagem sobre o papel do enfermeiro no preparo de mães adolescentes”. **In Inst. Ciência Saúde**, v. 26, n.2, p. 177-82, 2008. Disponível em: https://unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2008/02_abr_jun/V26_N2_2008_p177-182.pdf. Acessado em 15 out. 2020.

FURTADO, L. C. R.; ASSIS, T. R. Diferentes fatores que influenciam na decisão e na duração do aleitamento materno: Uma revisão da literatura. **Revista Movimenta**, v.5, n. 4, p. 303-312, 2018. Disponível em: <<https://www.revista.ueg.br/index.php/movimenta/article/view/7073>>. Acesso em: 08 out. 2020.

GRAÇA, L. C. C.; FIQUEIREDO, M. C. B.; CONCEIÇÃO, M. T. C. C. Contributos da intervenção de enfermagem de cuidados de saúde primários para a promoção do aleitamento materno. **Rev. Latino am. enferm.**v,19, n.2, p. 429-436, 2011. Disponível em:< https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0104-11692011000200027&tlng=pt>. Acessado em: 13 out. 2020.

HIGASHI *et al.* Práticas de enfermeiros e a influência sociocultural na adesão ao aleitamento materno. **Rev. Baiana Enferm**, 2021.

JESUS *et al.* Capacitação de profissionais de saúde em aleitamento materno e sua associação com conhecimentos, habilidades e práticas. **Ciência e Saúde Coletiva**, 2017.

KALIL, Irene Rocha; CAVALCANTE, Aguiar Adriana. Trabalho feminino, políticas familiares e discursos pró- aleitamento materno: avanços e desafios a equidade de gênero. **Saúde em Debate**, 2016.

LEAL, Magda Rodrigues. O enfermeiro como facilitador do processo de aleitamento materno. **Nursing (São Paulo)**, 2020.

LEITE ICG, Rodrigues CC, Faria AR, Medeiros GV, Pires LA. Associação entre aleitamento materno e hábitos de sucção não nutritivos. **Rev Assoc Paul Cir Dent** 1999; 53(2):151-5. Disponível em: <<http://www.profala.com/arttf138.htm>>Acessado em: 10 nov. 2020.

LIMA, S. P. *et al.* Percepção de mulheres quanto a prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa. **Rev Fun Care Online**, 2019.

LIMA, A. C. *et al.* Consultoria em amamentação durante a pandemia COVID-19: relato de experiência. **Esc. Anna Nery Rev. Enferm**, 2020.

MARTINS R.M.C., MONTRONE A.V.G. O aprendizado entre mulheres da família sobre amamentação e os cuidados com o bebê: contribuições para atuação de profissionais de saúde. **Rev APS**, v.20, n.1, p.21-9, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15942>>. Acesso em 15 out. 2020.

MEZZACAPPA, E.S, K. Breastfeeding is associated with reduced perceived stress and negative mood in mothers. **Health Psychol**, v.21, n.2, p.187-93, 2002. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11950109/>>. Acesso em 15 out. 2020.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

NICK, M. S. **A importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a promoção da saúde da criança**. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva, 2011. 30f. Monografia (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família). Disponível em: < <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/11737/1/21313612.pdf>>. Acesso em: 08 out. 2020.

ORIÁ, M.O.; GLICK, D. F; ALVES, M.D. Tendências em pesquisas sobre aleitamento materno por enfermeiras brasileiras. **Cad. Saúde Pública**. v.21, n.1: 20-8 Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-311X2005000100003&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acessado em 26 out. 2020

PERES *et al.* Qualidade da relação da gestante com as pessoas próximas e ao aleitamento materno. **Esc Anna Nery Rev. Enferm**, 2021.

ROCHA *et al.* Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna. **Cad. Saúde Pública**, vol. 34. 2018. Disponível em: Scielo.

ROLLINS *et al.* Por que investir e o que será necessário para melhorar as práticas de amamentação? **Epidemiol. Ser. Saúde**, 2016.

SILVA, M. N *et al.* Amamentação em foco: o que publicado nas revistas femininas no Brasil? **REME rev. min. Enferm**, 2018.

SILVA, L. S. *et al.* Contribuição do enfermeiro ao aleitamento materno na atenção básica. **Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado RioJ. On-line)**, 2020.

SILVA, M. M. *et al.* Fatores que implicam no processo do contato precoce e aleitamento materno na sala de parto. **Caderno de Saúde Coletiva**, 2020. Disponível em: SciELO.

SOUZA, MDF, *et al.* “Avaliação dos problemas relacionados ao aleitamento materno a partir do olhar da enfermagem”. **Cogitare Enferm**, jan/mar; v.16, n.1, p.70-5, 2011. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/21114/13940>. Acessado em 26 out. 2020.

STERKEN E. **Benefícios do aleitamento materno e importância dos ácidos graxos de cadeia longa**. Documento do mês sobre amamentação nº 02/99. INFACT/IBFAN. 2005. Disponível em:< <http://www.aleitamento.org.br/arquivos/acidossgraxos.pdf>>. Acessado em 12 nov. 2020.

URSI, E.S.; GALVÃO, C.M. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. **Rev Latino-am Enfermagem**, v.14, n.1, p.124-31, 2006.

VASQUEZ *et al.* Aleitamento materno estudo comparativo sobre o conhecimento e o manejo dos profissionais da Estratégia da Saúde da Família e do Modelo Tradicional. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, 2015.

ZAVASCHI MLS. Aspectos psicológicos do aleitamento materno. **Rev Psiquiatr.** Rio Grande do Sul, v.13, n.2, p.77-82, 1991.

APENDICE A –INSTRUMENTO DE BUSCA PARA REVISÃO INTEGRATIVA

INSTRUMENTO DE BUSCA	
Tema: BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A MULHER	
1) Objetivo: Descrever, com base na produção literária científica, os benefícios da amamentação para a nutriz.	
2) Questão norteadora: Quais os benefícios que a amamentação pode trazer para as mulheres?	
3) Recursos humanos: <ul style="list-style-type: none">• Uma graduanda de enfermagem na condição de pesquisadora assistente;• Uma pesquisadora orientadora;	
4) Participação dos pesquisadores <ul style="list-style-type: none">• O graduando de enfermagem realizará a busca na literatura, bem como a análise dos achados e a produção do manuscrito.• A pesquisadora orientadora indicará todo o processo de produção da revisão integrativa, desde a ideia inicial à aprovação final para publicação.	
5) Estratégias de busca (pesquisa avançada)	
Base de dados <ul style="list-style-type: none">❖ Base de dados 1: LILACS❖ Base de dados 2: SCIELO	
Descritores <ul style="list-style-type: none">• Aleitamento materno;• Saúde da mulher;• Benefícios;• Enfermagem	
Cruzamentos (ALL)	
Aleitamento materno AND Benefícios; Aleitamento materno AND Saúde da Mulher; Aleitamento materno AND Enfermagem;	

6) Seleção dos estudos
<p>➤ Critérios de inclusão:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Artigos completos publicados em periódicos indexados nas bases de dados LILACS, SCIELO, • Artigos disponíveis no idioma português, com abordagem sobre os benefícios da amamentação para a mulher. • Artigos com data de publicação nos últimos cinco anos (jan/2015 à jan/ 2021).
<p>➤ Critérios de exclusão:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Artigos repetidos nas bases de dados, editoriais, cartas ao editor, manuais, resoluções e protocolos.
7) Estratégia para coleta de dados dos estudos
<ul style="list-style-type: none"> • Instrumento construído para tal finalidade
8) Sínteses dos dados
<ul style="list-style-type: none"> • Aplicação do teste de relevância; • Caracterização dos estudos; • Extração de informações da bibliografia selecionada com o auxílio do instrumento construído e validado por Ursi e Galvão (2006) e adaptado para as peculiaridades desta temática;

APÊNDICE B – INSTRUMENTO PARA EXTRAÇÃO DE DADOS

Quadro sinóptico¹- Especificações dos artigos utilizados na revisão integrativa

QUADRO SINÓPTICO			
Nº Art.	Título/autores/anos de publicação	Base de dados/periódico	Resultados e considerações.
Art. 1
Art.2
Art.3

¹ Instrumento construído e validado por Ursi e Galvão (2006), adaptado para as peculiaridades desta temática em pesquisa.