



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM**

**VANESSA CARLA LEITE DA SILVA RODRIGUES**

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO  
MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**CAMPINA GRANDE-PB**

**2018**

**VANESSA CARLA LEITE DA SILVA RODRIGUES**

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO  
MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), Curso de Graduação em Enfermagem, Tipo Relato de Experiência em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel (a) em Enfermagem.

Orientador: Prof<sup>a</sup>. Ms. Jacqueline Santos da Fonsêca Almeida Gama.

**CAMPINA GRANDE - PB**

**2018**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

R696e Rodrigues, Vanessa Carla Leite da Silva.  
Educação em saúde sobre os benefícios do aleitamento materno [manuscrito] : relato de experiência / Vanessa Carla Leite da Silva Rodrigues. - 2018.  
18 p.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.  
"Orientação : Profa. Ma. Jacqueline Santos da Fonsêca Almeida Gama, Departamento de Enfermagem - CCBS."  
1. Educação em Saúde. 2. Aleitamento materno. 3. Atenção básica. I. Título

21. ed. CDD 649.33

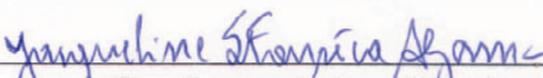
**VANESSA CARLA LEITE DA SILVA RODRIGUES**

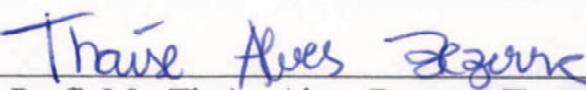
**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO  
MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), Curso de Graduação em Enfermagem, tipo Relato de Experiência em cumprimento às exigências para a obtenção do Grau de Bacharel (a) em Enfermagem.

Aprovado em: 10/12 de 2018.

**BANCA EXAMINADORA:**

  
\_\_\_\_\_  
Prof<sup>ª</sup>. Ms. Jacqueline Santos da Fonsêca Almeida Gama (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
\_\_\_\_\_  
Prof<sup>ª</sup>. Ms. Thaise Alves Bezerra (Examinadora)  
Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

  
\_\_\_\_\_  
Prof<sup>ª</sup>. Esp. Maria José Gomes Morais (Examinadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## AGRADECIMENTOS

*Esta fase da minha vida é muito especial e não posso deixar de agradecer primeiramente a Deus por toda força, ânimo e coragem que me ofereceu para ter alcançado minha meta.*

*Aos meus pais Marinésio (in memorian) e Maria Aparecida pelo amor, incentivo e o apoio incondicional.*

*A minha vó Geralda (in memórian) que sempre me acolheu em seus braços quando eu achava que não ia conseguir e ela com todo seu carinho falava: Filha tenha fé em Deus você vai conseguir.*

*Aos meus filhos Victor Matheus, João Henrique e Maria Clara, pois são meu alicerce e minha fonte de amor e inspiração na conquista de um sonho e com eles quero compartilhar essa vitória.*

*A minha Tia Ana Paula da Silva que me serve de espelho por ser uma enfermeira exemplar sempre executando seu trabalho visando o melhor para seus pacientes.*

*Ao meu esposo Milton Rodrigues, meu companheiro que me aceitou, junto com as minhas escolhas permitindo que eu me realizasse completamente.*

*A todos os meus familiares e a minha sogra Mércia Coelho, porque foram eles que me incentivaram e inspiraram através de gestos e palavras a superar todas as dificuldades.*

*À Universidade quero deixar uma palavra de gratidão por ter me recebido de braços abertos e com todas as condições que me proporcionaram dias de aprendizagem muito ricos.*

*A minha orientadora a Prof<sup>ª</sup>.Ms. Jacqueline Santos da Fonsêca Almeida Gama pelo grande suporte no pouco tempo que coube, pelas suas correções e incentivos.*

*Aos professores pois foram eles que me deram recursos e ferramentas para evoluir um pouco mais todos os dias, em especial aos que compõem a minha banca examinadora Maria José Gomes de Moraes e Thaíse Alves Bezerra por todo carinho, disponibilidade e paciência.*

*Por fim a todas as pessoas que de alguma forma me ajudaram a acreditar em mim eu quero deixar um agradecimento eterno, porque sem elas não teria sido possível.*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>7</b>
<b>2 METODOLOGIA.....</b>	<b>10</b>
<b>3 RESULTADO E DISCUSSÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>4 CONCLUSÃO.....</b>	<b>15</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>

# **EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Vanessa Carla Leite da Silva RODRIGUES**

## **RESUMO**

Trata-se de um relato de experiência, com o objetivo de descrever as vivências e percepções de uma acadêmica de Enfermagem, durante o Estágio Multidisciplinar Interiorizado-EMI, nas consultas de pré-natal e nas ações de educação em saúde. O Estágio Multidisciplinar Interiorizado - EMI é um componente curricular, que integra o último período dos cursos da área de saúde do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, da Universidade Estadual da Paraíba. Este estágio permite a vivência da profissão no serviço de Atenção Primária à Saúde, sendo de grande importância para a vida acadêmica dos discentes. O estágio foi realizado no período de 05 a 25 de maio de 2018, na cidade de Lagoa Seca, em uma Unidade Básica de Saúde. Foi uma experiência muito enriquecedora, que me permitiu realizar as atividades que competem ao serviço da Atenção Básica e de conhecer todo o funcionamento de uma Unidade Básica de Saúde. Com isso, concluo que foi muito gratificante participar do EMI, foi o suficiente para compreender o verdadeiro papel da minha profissão e por que devo executá-la com sabedoria e de forma brilhante, para que eu possa prestar um serviço de qualidade aos usuários dos serviços onde futuramente estarei trabalhando.

**Palavras Chaves:** Atenção básica, Educação em saúde, Aleitamento materno.

## 1 INTRODUÇÃO

Amamentar, além de alimentar e nutrir a criança, promove um vínculo afetivo entre mãe e filho que irá repercutir nos aspectos nutricionais da criança, no processo de defesa contra infecções, em seu desenvolvimento cognitivo e emocional, além de trazer benefícios para a saúde física e psíquica da mãe (BRASIL, 2015).

O Aleitamento materno (AM) tem sido recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e pelo Ministério da Saúde (MS), como o alimento ideal para o bebê, devendo ser ofertado de forma exclusiva até os seis meses e a partir desta fase, complementado até os dois anos ou mais (BRASIL, 2009).

A OMS reconhece que há diferentes padrões de AM e os define da seguinte forma: aleitamento materno; aleitamento materno exclusivo; aleitamento materno predominante e aleitamento materno complementado (BRASIL, 2011).

É consenso de toda a comunidade científica que o leite materno é um alimento completo, pois contém vitaminas, minerais, gorduras, carboidratos e proteínas, além de possuir substâncias de defesas, que não se encontram em nenhum outro leite. Por isso, a amamentação exclusiva supre todas as necessidades dos primeiros meses de vida para que o bebe cresça e se desenvolva sadio.

Além do seu valor nutricional, o AM traz diversos benefícios a curto, médio e longo prazo para a criança, entre os quais destaca-se: a redução da mortalidade na infância; a diminuição do risco de alergias; a proteção contra infecções respiratórias; a diminuição do risco de hipertensão, colesterol alto e diabetes; a redução da chance de obesidade; a proteção contra diarreias; a promoção do crescimento e a promoção do desenvolvimento cognitivo (BRASIL, 2009).

Já para as nutrizes o AM traz os seguintes benefícios: menor sangramento pós-parto; proteção contra o câncer de mama e ovário; efeito contraceptivo; involução uterina mais rápida após o parto; perda ponderal mais rápida; como também, vantagens relacionadas aos aspectos econômicos, uma vez que não se tem gastos com fórmulas lácteas, mamadeiras e/ou demais utensílios para a alimentação do bebê (BRASIL, 2009).

A garantia de saúde infantil é uma das metas de maior relevância de uma sociedade. Em um país em desenvolvimento como o Brasil, onde a desnutrição e a mortalidade infantil representam um importante problema de saúde pública. O AM constitui-se medida fundamental de proteção e promoção de saúde infantil (ABDALLA, 2011).

Entretanto, a desnutrição, ainda que preocupante já não é tão prevalente como foi no século passado. Atualmente, o que vem inquietando o MS e despontando como um grave problema de saúde pública é o crescimento do sobrepeso em crianças menores de 3 anos.

Tem sido observado, através de vários estudos que crianças que não são amamentadas ou que recebem outros tipos de leite, como por exemplo o leite da vaca, têm maior risco de desenvolverem obesidade. Entre os possíveis mecanismos envolvidos, foi constatado que o leite de vaca altera a taxa metabólica durante o sono de crianças amamentadas, podendo esse fato estar associado com a “programação metabólica” e o desenvolvimento de obesidade (BRASIL, 2015).

Por outro lado, constatou-se uma menor frequência de sobrepeso e obesidade nas crianças que recebem leite materno. Porém, em 2006, a Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde (PNDS) revelou que somente 39,8% das crianças brasileiras recebiam leite materno de forma exclusiva até o sexto mês vida (BRASIL, 2009).

Apesar dos dados citados, os índices de aleitamento materno vêm apresentando um aumento gradativo, quando se comparam com décadas anteriores, conforme mostra a Pesquisa de Prevalência do Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal, divulgada em 2009, pelo Ministério da Saúde, mas ainda está longe de ser satisfatório (SOUZA, 2010).

No entanto, a preocupação se dá, por conta da observação de que existe uma tendência disseminada em relação ao desmame precoce e ao aleitamento misto (SOUZA, 2010).

Pesquisas recentes demonstram que muitas crianças deixam de ser amamentadas nos primeiros meses de vida e passando a receber alimentos não saudáveis ao invés de receberem os alimentos preparados em casa e regionais. Tais escolhas prejudicam a formação de hábitos alimentares saudáveis e podem favorecer o aparecimento de doenças, ainda na infância como obesidade, pressão alta e Diabetes (BRASIL, 2010).

Um dos fatores de risco para o desmame precoce, é a falta de conhecimento das mães acerca do aleitamento materno, principalmente das primíparas. A grande maioria delas, considera estes benefícios como atitudes de amor e cuidados com o filho, dada a importância nutricional e preventiva contra infecções, não tendo como objetivo o cuidado com elas mesmas, já que a maioria desconhece os benefícios do AM para a puérpera. Isto se baseia no fato de que a orientação que os profissionais de saúde oferecem às gestantes e puérperas, se limita muitas vezes aos benefícios para o lactente (AZEVEDO, 2011)

Muitas mulheres demonstram insatisfações relacionadas ao tipo de apoio recebido pelos profissionais de saúde, que pode ser pela falta de conhecimento e percepção, sobre o que é o apoio à amamentação. As nutrizes necessitam de um suporte ativo e emocional e

informações precisas para que elas se sintam confiantes. Se o profissional de saúde realmente quer apoiar e incentivar o AM, ele precisa escutar e tentar compreender essas mulheres, para poder entender que tipo de apoio, informação e interação as mães desejam, precisam e esperam dele (BRASIL, 2015).

Portanto, é fundamental que o profissional conheça todos os aspectos relacionados ao AM, e assim possa colaborar para que mãe e filho vivenciem esta fase de forma efetiva e tranquila, recebendo do profissional todas as orientações necessárias e adequadas para seu êxito (BRASIL, 2013).

Segundo Moimaz (2013), a educação em saúde, durante a gestação e após o nascimento dos bebês, mostra-se de extrema relevância para a promoção de aleitamento materno para se evitar o desmame precoce. O acompanhamento das mães durante a lactação é de fundamental importância, para que se tenha sucesso na prática do AM.

Muitas atividades de enfermagem são realizadas por meio da educação em saúde, sendo uma função independente da prática da enfermagem. A origem da educação em saúde, está em parte, no direito e no acesso das pessoas ao cuidado de saúde, abrangente, incluindo informações atualizadas, refletindo cada vez mais para o surgimento de um público mais bem informado, que está fazendo perguntas mais significativas sobre a saúde e o cuidado com ela. A educação em saúde funciona como ações realizadas visando a promoção, prevenção e proteção à saúde, auxiliando na redução de custos nos cuidados à saúde ao evitar a doença (BRUNNER & SUDDARTH, 2014).

Nesse contexto, a Atenção Básica é o campo ideal para a promoção de ações educativas em saúde, com a finalidade de apoiar e repassar todas as orientações necessárias sobre a importância do AME e a correta introdução da alimentação complementar (PIMENTEL, 2018).

Visto que, a falta de conhecimento principalmente das primíparas em relação aos benefícios do AM, afeta nos cuidados com a criança. Portanto, é de extrema importância o estabelecimento de medidas educativas a fim de evitar o desmame precoce.

Diante do que foi exposto, o objetivo desse trabalho foi descrever as vivências e percepções de uma acadêmica de Enfermagem durante o Estágio Multidisciplinar Interiorizado – EMI, nas consultas de pré-natal, e nas ações de educação em saúde.

## 2 METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência, com abordagem crítico-reflexiva de cunho descritivo-compreensivo, sobre as vivências e percepções de uma acadêmica de Enfermagem durante o Estágio Multidisciplinar Interiorizado (EMI), nas consultas de pré-natal e nas ações de Educação em Saúde, evidenciando a importância do Aleitamento Materno para primíparas e os benefícios para a criança, na Atenção Primária à Saúde (APS).

O EMI foi criado pelo Conselho de Ensino Pesquisa e Extensão da Universidade Estadual da Paraíba (CONSEPE), sendo implantado na grade curricular acadêmica, em 9 de agosto de 1994, devidamente regulamentado pela RESOLUÇÃO/UEPB/CONSEPE/07/94 (UEPB,1994).

Participam desse estágio os discentes dos cursos de graduação em Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Psicologia, do campus I (Campina Grande). O EMI é um dos componentes curriculares, com carga horária de 160 horas, distribuídas em 8 horas diárias, exceto finais de semana e feriados, a ser cumprido como pré-requisito para a conclusão do curso.

O estágio foi realizado no período de 2 a 25 de maio de 2018, no município de Lagoa Seca, localizado na Mesorregião do Agreste Paraibano, pertencendo a Região Metropolitana de Campina Grande, no estado da Paraíba. Sua população em 2016 foi estimada pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) em 27.398 habitantes, distribuídos em 109,3 Km<sup>2</sup> de área territorial.

No campo da saúde, Lagoa Seca conta com um hospital geral, localizado no centro da cidade, 11 Unidades Básicas de Saúde da Família (UBSF), distribuídas entre a zona urbana (quatro) e seus distritos (sete), um CAPS (Centro de Atenção Psicossocial), uma Farmácia Básica, uma Farmácia Hospitalar, NASF e um Centro de Saúde.

A Unidade Básica escolhida para a realização do estágio está localizada na zona rural do município de Lagoa Seca, no distrito São Pedro (Campinote) e é composta pela seguinte equipe: um médico, uma enfermeira, uma técnica de enfermagem, um odontólogo, uma auxiliar de saúde bucal, uma técnica em farmácia, uma auxiliar de serviços gerais e oito agentes comunitários de saúde (ACS). A unidade possui uma ótima infraestrutura, contando com espaços bem distribuídos para as atividades nela realizadas: recepção, consultórios médico, de enfermagem e odontólogo, sala de reuniões, copa, banheiro para funcionários,

banheiro para usuários, sala de vacina, sala de triagem, sala para curativos e espaço para dispensação de medicamentos.

Durante o estágio foram desenvolvidas diversas atividades de competência do enfermeiro, seguindo o cronograma dos atendimentos prestados pela referida UBS. Os serviços de enfermagem compreenderam: realização de consultas do pré-natal de baixo risco, puericultura, saúde da mulher, acompanhamento do Hiperdia (Hipertensos e Diabéticos), planejamento familiar, visitas domiciliares, visitas puerperais, realização de técnicas de enfermagem, (administração de medicamentos e realização de curativos), além de educação em saúde de maneira multidisciplinar.

O desenvolvimento deste relato baseou-se nas consultas do pré-natal e na ação de educação em saúde evidenciando os benefícios do Aleitamento Materno para as primíparas e para a criança.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O EMI, é um componente curricular de grande relevância para o discente que está próximo de concluir o curso, não somente por inseri-lo em uma nova vivência de assistência em saúde, mas também, por possibilitar a interação entre estudantes de diferentes cursos da área da saúde, no local de trabalho em que poderão atuar, desenvolvendo habilidades específicas, em um contexto multidisciplinar.

A prática é voltada principalmente para a saúde coletiva e integralmente inserida no Sistema Único de Saúde (SUS), no âmbito da Atenção Básica, com ênfase na realização de ações de prevenção, proteção e promoção à saúde, atividades essas que devem ser contempladas durante a vivência do referido estágio.

No primeiro dia de estágio nos apresentamos à Secretaria de Saúde do município de Lagoa Seca, onde fomos recepcionados pela coordenadora da Atenção Básica, que nos deu todas as orientações a respeito das demandas dos serviços de saúde do município e nos encaminhou para os locais onde deveríamos realizar as atividades do EMI.

A equipe multidisciplinar do EMI, foi composta por: duas acadêmicas de Enfermagem, uma de Fisioterapia, duas de Odontologia, uma de Farmácia e uma de Psicologia, que desenvolveram as atividades de forma individual e coletiva.

Toda a assistência de Enfermagem prestada, foi de acordo com a necessidade local e a rotina da Unidade, que seguia o seguinte cronograma: Segunda-feira - Puericultura; Terça-feira – Citológico; Quarta-feira – Pré-Natal de Baixo Risco; Quinta-feira – Hipertensos,

Diabéticos e Grupo de Fumantes e Sexta-feira – Livre Demanda. Toda primeira quinta-feira de cada mês era realizado o Hiperdia, com a presença do educador físico do NASF, que fazia atividades de alongamento e outros tipos de exercícios físicos. Na terceira quinta-feira era o dia destinado à saúde mental, com a psicóloga do NASF.

Os atendimentos prestados à comunidade eram através de agendamentos realizados pelos ACS ou diretamente com a recepcionista da Unidade.

Na Unidade Básica estavam cadastradas 12 gestantes, sendo sete primíparas. Todas eram alfabetizadas, com escolaridade variando entre ensino fundamental completo ou incompleto e ensino médio completo. A faixa etária das gestantes variou entre 16 a 38 anos de idade.

O MS preconiza no mínimo seis consultas de pré-natal, intercaladas entre médico(a) e enfermeiro(a), sendo necessário também o acompanhamento odontológico e participação em grupos de gestante.

Nas consultas, as gestantes foram orientadas sobre a alimentação adequada e saudável; o parto; o puerpério; a importância do comparecimento às consultas; as alterações que acontecem no corpo da mulher durante a gestação; sobre o foco principal deste relato que é a importância do aleitamento materno exclusivo para a gestante, sobretudo para as primíparas e as crianças; foram realizados procedimentos padrão como: aferição da pressão arterial; do peso; medida da altura uterina; cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e cálculo da idade gestacional.

No início dessas consultas, a enfermeira responsável pela UBS me apresentou as gestantes como estagiária e acadêmica de Enfermagem, pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), deixando-me a vontade com elas, e sempre se colocando à disposição, caso eu precisasse ou tivesse alguma dúvida. As gestantes também me receberam muito bem e ficaram à vontade com a minha presença. Ao final de cada consulta, eu perguntava se elas tinham alguma dúvida sobre a gestação, o parto e a amamentação. Como elas sempre respondiam “sim”, percebi que as dúvidas maiores estavam relacionadas ao parto normal e a amamentação, possivelmente, por ouvirem inúmeras informações duvidosas sobre os assuntos mencionados. Então, eu fazia uma breve explicação sobre esses assuntos, tentando sempre usar uma linguagem de fácil entendimento para que elas não saíssem da Unidade com mais dúvidas.

Algumas gestantes chegaram a mencionar que por várias vezes tinham buscado respostas para as suas dúvidas na internet, pois mesmo morando em uma comunidade rural

todas tinham acesso à essa ferramenta. Entretanto, relatavam que não confiavam nas respostas da internet, pois não sabiam se eram verdadeiras ou falsas.

Ouvindo esses relatos falei para elas que, quando tivessem alguma dúvida, poderiam procurar a enfermeira da Unidade, pois ela é a pessoa mais indicada para sanar todas as dúvidas.

Observando a necessidade e a pouca informação das gestantes, a enfermeira organizou uma Ação Educativa em forma de palestra, sobre alimentação saudável para a gestante e sobre a importância da amamentação. Para isso, foi solicitado aos ACS, que comunicassem a todas as gestantes o dia e o horário em que iria acontecer a palestra. Foi pedido também que eles enfatizassem para as que eram primíparas, que fizessem um esforço para não faltar no dia, pois a palestra seria de grande importância para elas.

A Ação Educativa ocorreu no dia 23 de maio de 2018, com o comparecimento de todas as gestantes. A enfermeira da Unidade convidou a nutricionista do NASF para falar sobre a alimentação saudável para a gestante, enquanto nós, acadêmicas de Enfermagem, juntamente com a enfermeira falamos sobre a importância do aleitamento materno, os benefícios para as crianças e o parto normal.

Após a fala da nutricionista, iniciamos falando sobre a importância do aleitamento materno, que conforme recomenda o Ministério da Saúde em conjunto com a Organização Mundial de Saúde, deve ser realizado de forma exclusiva até o sexto mês, podendo ser complementado até o segundo ano de vida ou mais. Foi explicado que antes do 6º mês de vida, a criança ainda não está preparada para receber outros tipos de alimentos, por isso, não há necessidade de se introduzir outros líquidos como chás, água e/ou sucos, pois o leite materno é completo. Além disso, a introdução desses líquidos pode diminuir a frequência das mamadas e conseqüentemente comprometer a produção do leite pela mama. Também foi enfatizado que a amamentação promove maior vínculo entre a mãe e o filho.

Continuamos relatando os benefícios da amamentação para as mães, mencionando entre eles a involução uterina após o parto, a sua atuação como método contraceptivo e de forma mais enfática a diminuição da incidência de câncer de mama e ovário. Como benefícios para a criança relatamos que o leite materno é a primeira “vacina” tomada pelo bebê, logo após o seu nascimento, que o leite materno é um alimento completo, rico em vitaminas, minerais, gorduras, proteínas e água, além de outras substâncias importantes que não são encontradas nas fórmulas lácteas, isto é, no leite em pó. Dissemos ainda que a criança amamentada exclusivamente com o leite materno até os seis meses de idade tem menor risco

de adoecer, por estar imunizada contra doenças e destacamos que o leite materno contribui para todo o desenvolvimento e crescimento saudável da criança.

No decorrer da palestra ainda expliquei a forma correta de amamentar, como deve ser a pega correta do bebê no seio, a fim de evitar as fissuras; que na hora de amamentar deve ser somente a mãe e o bebê, em um ambiente calmo e tranquilo e em uma posição confortável, tanto para mãe quanto para o bebê; que as mães procurem evitar o stress durante o período de amamentação e aproveitem a hora em que a criança está dormindo para descansarem também, visto que elas acordam várias vezes durante a noite, para amamentar e que esses fatores podem prejudicar a produção do leite pela mama. Por fim, orientei sobre a preparação das mamas para a amamentação.

Durante a palestra as gestantes puderam fazer perguntas, e todas foram muito participativas. As primíparas perguntaram mais, então percebi que elas tinham uma visão muito diferente sobre o que é a amamentação, como ela é importante para as gestantes e os benefícios que o leite materno pode trazer para as suas crianças.

Os principais questionamentos sobre a amamentação foram:” Ouvei falar que os seios ficam caídos’”; “quando o peito fere é uma dor horrível e devemos suspender a amamentação para não piorar” e “o leite de algumas mulheres é fraco”. Para esclarecer tais questionamentos, expliquei que ficar com as mamas caídas, não tem relação com a amamentação, e sim com o uso de sutiã inadequado durante a gestação.

Nesta fase, o sutiã correto para ser usado são os que dão uma boa sustentação evitando o caimento da mama. É recomendado também que elas durmam de sutiã. Sobre as fissuras foi dito que não é uma dor insuportável e que não há necessidade de interromper a amamentação, pois a cicatrização vai ocorrer com o próprio leite materno. Já para evitar que ocorram as fissuras foi dito que elas deveriam preparar suas mamas durante a gestação, expondo os seios ao sol, pela manhã, sempre que possível e que na hora de amamentar não deixassem que o bebê pegasse apenas o bico do peito, e sim abarcasse toda a aréola.

Por último, foi esclarecido que não existe leite fraco, o que existe em muitos casos, é uma produção insuficiente de leite materno para satisfazer o bebê.

Ao final da palestra as gestantes tiveram a oportunidade de fazer comentários sobre a palestra e o que aprenderam, foi muito gratificante o que ouvimos de cada uma delas, pois falaram que “adoraram” a palestra, que mais palestras deveriam ser feitas e que muitas dúvidas haviam sido esclarecidas. O mais importante e mais gratificante foi ouvir das primíparas que a palestra tinha mudado a maneira como elas viam o AM e que estavam

ansiosas para amamentar logo os seus bebês. Então, para encerrar, enfatizamos mais uma vez a importância do AME até o 6º mês de vida da criança.

Já foi comprovado que a promoção da amamentação durante a gestação, influencia positivamente as prevalências de AM, principalmente entre as primíparas, visto que necessitam de mais informações. Dessa forma o acompanhamento pré-natal é uma excelente ocasião para incentivar as mulheres a amamentarem. Além disso, o companheiro, a mãe da gestante e outras pessoas importantes para ela, também deveriam ser incluídas neste aconselhamento (BRASIL, 2015).

#### **4 CONCLUSÃO**

O EMI foi enriquecedor, pois tive a oportunidade de realizar as atividades que competem ao enfermeiro no serviço da Atenção Básica, além de conhecer todo o funcionamento de uma Unidade Básica de Saúde.

Além disso, o estágio trouxe consigo a oportunidade de pôr em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo de cinco anos de vida acadêmica, de uma forma intensa e contínua, durante 16 dias de muito aprendizado. O que, em grande parte, facilitou o meu aprendizado foi a organização da Unidade, o empenho e entrosamento da equipe, além do comprometimento da enfermeira, que me acolheu com carinho, disponibilidade e confiança no meu desempenho.

A experiência de poder compartilhar os conhecimentos adquiridos durante minha graduação, através de uma ação de educação em saúde, levando para as gestantes informações sobre os benefícios do AM foi muito gratificante.

Durante o estágio percebi o quanto é importante o trabalho em equipe e a atuação do(a) enfermeiro(a) no incentivo ao AME, sobretudo para as primíparas. Mas só isso não basta, é necessário que o profissional tenha conhecimento técnico-científico a respeito da amamentação; que faça um excelente acolhimento, deixando que as gestantes falem sobre tudo o que para elas é diferente, e que expressem suas dúvidas e seus medos. Para isso, o(a) enfermeiro(a) deve escutar todos os relatos, com muita atenção, observando o estado emocional e físico dessas gestantes para, assim, poder prestar uma assistência adequada.

É importante destacar, que o estímulo e incentivo ao AME deve ser constante, não limitando-se apenas às consultas de pré-natal ou ações educativas, mas estendendo-se ao puerpério, visando sempre a minimização do desmame precoce.

A vivência nesse estágio me serviu como orientação para saber que mesmo diante das dificuldades devemos realizar nosso trabalho com eficiência, responsabilidade e olhar holístico respeitando sempre a cultura da comunidade.

Foi muito gratificante participar do EMI e o suficiente para eu compreender o verdadeiro papel da minha profissão e por que devo executá-la com sabedoria, de forma brilhante, para que eu possa prestar uma assistência de qualidade aos usuários do serviço onde futuramente irei trabalhar.

### **ABSTRACT**

This is an experience report, with the purpose of describing the experiences and perceptions of a Nursing student during the Internalized Multidisciplinary Internship-EMI, in prenatal consultations and in health education actions. The Internship Multidisciplinary Internship - EMI is a curricular component, which integrates the last period of the courses of the health area of the Center of Biological Sciences and Health, State University of Paraíba. This stage allows the experience of the profession in the Primary Health Care service, being of great importance for the academic life of the students. The internship was carried out from 05 to 25 May 2018, in the city of Lagoa Seca, in a Basic Health Unit. It was a very enriching experience, which allowed me to carry out the activities that are in charge of the Basic Attention service and to know the whole operation of a Basic Health Unit. With this, I conclude that it was very gratifying to participate in the EMI, was enough to understand the true role of my profession and why should I execute it wisely and brilliantly, so that I can provide a quality service to the users of the services where I will be working in the future.

Key words: Primary care, Health education, Breastfeeding.

## 5 REFERÊNCIAS

ABDALLA, M.A.P.; **Aleitamento materno no programa de ação de saúde preventiva no programa saúde da família**, Uberaba, 2011.

AZEVEDO, D.S.; REIS, A.C.S.R.; FREITAS, L.V.; COSTA, P.B.; PINHEIRO, P.N.C.P.; DAMASCENO, A.R.C.; **Conhecimento de primíparas sobre os benefícios do aleitamento materno**. Ver. Rene. Fortaleza, v.11, n.2, p.53-62, abr/jun, 2010. Disponível em: [www.redalyc.org/html/3240/324027970006](http://www.redalyc.org/html/3240/324027970006). Acessado em: 10 de outubro de 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher** – PNDS 2006 : dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança/ Ministério da Saúde, Centro Brasileiro de Análise e Planejamento. – Brasília : Ministério da Saúde, 2009.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **SAÚDE DA CRIANÇA: Nutrição Infantil Aleitamento Materno e Alimentação Complementar**. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Caderno de Atenção Básica n. 23, - Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde: **Dez passos para uma alimentação saudável para crianças brasileiras menores de dois anos**. Brasília – DF, 2010.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde: **Atenção ao pré-natal de baixo risco**. Brasília: ministério da saúde – 1.ed. ver. Brasília: Editora do ministério da saúde, 2013. 318 p.: il – (caderno de Atenção Básica, n 32).

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde: **SAÚDE DA CRIANÇA: Aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: ministério da Saúde, ed.2º. Caderno de Atenção Básica, nº2, ano 2015.

BRUNNER & SUDDARTH, **Tratado de Enfermagem Médico-cirúrgica/** [editores] Suzanne C. Smeltzer...[et al.]; [revisão técnica Izabel Cristina Fonseca da Cruz, Ivone Evangelista Cabral; tradução Antonio Francisco Dieb Paulo, José Eduardo Ferreira de Figueiredo, Patricia Lydie Voeux]. – [Reimpr.]- Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

**INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA** – IBGE. Dados Gerais do município de Lagoa Seca. Disponível em: < <https://cidades.ibge.gov.br/painel/painel.php?codmum=250830>. Acesso em: 10 de outubro de 2018.

MOIMAZ, S.A.S.;SALIBA, O.; BORGES,N.B.R.; **Desmame precoce: Falta de conhecimento ou de acompanhamento?** Pesq. Bras. Odontoped. Clin. Integr. João Pessoa, v.13, n.1, p. 53-59, jan/marc, 2013.

PIMENTEL, S.K.A. **O Papel do enfermeiro na prevenção do desmame precoce:** relato de experiência. Trabalho de conclusão de curso. Paraíba, UEPB, 2018.

SOUZA, E.A.C.S.; **Reflexões acerca da amamentação:** Uma revisão bibliográfica. Minas Gerais, 2011.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA. **CONSELHO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO.** Resolução 068/2025 – Aprova o Regimento dos cursos de graduação da UEPB e dá outras providências. Disponível em : < w.w.w.uepb.edu.br >. Acesso em: 10 de outubro de 2018.