



Relato de experiência - Educação em saúde grupal sobre amamentação e cuidados com as mamas no puerpério

Alanna Whittier Cordeiro Silva

Janaina Alencar Freitas

Anna Iara Barros de Moura

Antônio Gean de Lima

RESUMO

A definição de educação em saúde está relacionada ao conceito de promoção da saúde na medida em que ambos envolvem abordagens que incluem toda a população nas vivências diárias, e não apenas aqueles que estão em risco de adoecer. Portanto, a promoção e a educação em saúde são atividades integrais e precisam atingir todos os indivíduos (Wild et al, 2014).

Palavras-chave: Educação em saúde, Risco de adoecer.

1 INTRODUÇÃO

A definição de educação em saúde está relacionada ao conceito de promoção da saúde na medida em que ambos envolvem abordagens que incluem toda a população nas vivências diárias, e não apenas aqueles que estão em risco de adoecer. Portanto, a promoção e a educação em saúde são atividades integrais e precisam atingir todos os indivíduos (Wild et al, 2014).

No âmbito da promoção da saúde materno- infantil, a educação em saúde desempenha um papel fundamental na orientação e no apoio às mães durante o período pós-parto. Achados na literatura revelam que a atuação do enfermeiro no reconhecimento de queixas do período puerperal é primordial para o manejo de intervenção, aperfeiçoando os cuidados à saúde da mulher, sendo de grande valor para a promoção do aleitamento materno (Ioop, et al, 2023).

Enquanto alunas do último ano do curso de enfermagem, comprometidas com a qualidade da assistência oferecida às gestantes e puérperas, reconhecendo a importância do aleitamento materno como um dos pilares essenciais para o bem-estar do recém-nascido e da mãe e compreendendo que os cuidados com a mama desempenham um papel crucial na garantia da continuidade do aleitamento e na prevenção de complicações, tendo em vista que, a conscientização sobre os cuidados com as mamas demonstra ser um elemento determinante na prevenção de problemas comuns, como a mastite, e na manutenção do aleitamento materno exclusivo (Silva, 2020).



Neste contexto, foram realizadas ações de educação em saúde em uma unidade hospitalar, com o objetivo de capacitar as gestantes, puérperas e seus acompanhantes sobre os benefícios do aleitamento materno, bem como fornecer informações valiosas sobre os cuidados adequados com as mamas.

Ao longo deste relato, apresentaremos o contexto da atividade, os métodos e abordagens utilizados, bem como os resultados alcançados, evidenciando a importância da educação em saúde como um instrumento fundamental na promoção do aleitamento materno e dos cuidados com a mama no Hospital Nossa Senhora da Conceição.

2 OBJETIVO

Este relato de experiência tem como propósito documentar e compartilhar a atividade educativa realizada, destacando os desafios encontrados, as estratégias adotadas e os impactos observados na promoção da saúde materna e infantil.

3 METODOLOGIA

O presente relato de experiência resultou de uma atividade educativa durante o estágio acadêmico realizado no Hospital Nossa Senhora da Conceição em Fortaleza - CE, no último semestre da faculdade de enfermagem entre o período de setembro a outubro de 2023, em que frequentamos e desenvolvemos atividades no Alojamento Conjunto (Alcon) da maternidade, coordenado pela preceptora de estágio. O Alcon é um setor hospitalar em que ocorrem as admissões para internamento de mulheres no pós parto, operatório ou vaginal, e às gestantes que necessitam de internamento por alguma questão associada. Participamos ativamente da rotina do setor, desenvolvendo atividades de enfermagem enquanto acadêmicas.

No desenvolvimento da atividade educativa com o público foi abordado de forma leve e suave no ambiente das enfermarias em que se encontravam internadas, em seguida foi discorrido sobre tópicos como os benefícios do aleitamento materno, técnicas de amamentação, cuidados com as mamas e resolução de problemas comuns relacionados à amamentação (fissuras, ingurgitamento, pega incorreta, etc.) com demonstrações práticas, utilizando-se de linguagem acessível e exemplos práticos para tornar o conteúdo compreensível.

As sessões educativas se deram de forma interativa, para o encorajamento da participação ativa do público alvo, os acadêmicos introduziram-os na roda de conversa fazendo perguntas e permitindo que compartilhassem suas experiências, corroborando com as discussões. Com o objetivo de capacitar os participantes com informações valiosas, com embasamento científico sobre aleitamento materno e cuidados com as mamas, a fim de promover uma experiência de maternidade mais saudável e satisfatória.



E ao final de cada sessão, passou-se uma lista de presença produzida no word pelo núcleo de educação permanente da maternidade, a fim de registrar a participação das pacientes e acompanhantes na ação educativa.

Para a descrição e análise dos resultados, foi utilizado pseudônimos de flores para preservar a privacidade dos participantes, as falas foram transcritas e avaliadas conforme os pseudônimos atribuídos.

3.1 FERRAMENTAS UTILIZADAS

Foram utilizadas como recursos visuais e palpáveis, ferramentas ilustrativas de duas representações de mamas, com aréolas e mamilos, um útero com feto, cordão umbilical e placenta, feitos em crochê (imagem 1) de posse da preceptora de estágio, disponibilizados para a atividade.

3.2 RESULTADOS ESPERADOS

Tem-se como resultados esperados para a atividade:

- a) Aumento do conhecimento: Propiciar um melhor entendimento sobre o aleitamento materno e os cuidados com as mamas através das informações científicas fornecidas;
- b) Participação ativa: Envolvimento ativo nas discussões, compartilhando suas experiências e fazendo perguntas;
- c) Promoção da saúde materna: Através da educação e do compartilhamento de experiências, espera-se promover uma experiência de maternidade mais saudável e satisfatória;
- d) Empoderamento: Os participantes devem se sentir mais confiantes e capacitados para tomar decisões informadas sobre o aleitamento materno e os cuidados com as mamas;
- e) Redução de mitos e dúvidas.

Imagem 1 - Útero, feto e mamas em crochê



Fonte: acervo próprio



4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação atingiu um público total de 36 pessoas, sendo 17 pacientes internadas (duas gestantes e onze puérperas) e 14 acompanhantes, sendo na sua maioria os pais dos bebês. Durante as sessões de educação em saúde com o público alvo, foram expressados vários feedbacks dos participantes que indicam o impacto e a eficácia das sessões, listados a seguir:

- Feedback 1: Pétala Rosa afirmou que após as informações repassadas se sentia mais confiante para continuar os estímulos de amamentação no seu primeiro filho.
- Feedback 2: Jasmine, gestante, relatou que está esperançosa e se sente com menos medo do processo de puerpério e amamentação.
- Feedback 3: Girassol, puérpera com dificuldades na amamentação, apresentando fissuras mamárias, afirmou que após a ação educativa conseguiu identificar que seu recém nascido (RN) mamava no seio de forma incorreta fazendo “estalos”, tentando induzir o vácuo, ocasionando as lesões.
- Feedback 4: Tulipa, multípara, amamentando seu 4º filho, mencionou que a amamentação de cada gestação que teve se deu de forma diferente, e que cada um dos filhos teve uma adaptação singular, disse ainda, que confere a facilidade de amamentação no puerpério atual a experiência das gestações anteriores.
- Feedback 5: Cravo, pai do seu primeiro filho, acompanhando sua companheira, contribuiu mencionando que a hidratação ideal para os mamilos é o próprio leite materno, e que havia pesquisado bastante sobre o assunto desde que notou a dificuldade de amamentação da mãe e seu filho.

Durante a experiência, foi possível observar como a educação em saúde desempenha um papel crucial na capacitação das mães, proporcionando-lhes confiança e conhecimento para enfrentar os desafios inerentes ao período pós-parto, as falas de Pétala Rosa e Girassol destaca, a importância da educação e do suporte no processo de amamentação. Ambas se sentiram mais confiantes e capazes após receberem informações e orientações adequadas.

Tulipa, como mãe de quatro filhos, reforça que cada experiência de amamentação é única e individual. Isso ressalta a necessidade de abordagens personalizadas para apoiar as mães durante a amamentação.

A fala de Jasmine mostra a importância da preparação mental para o processo de puerpério e amamentação. Ela está se sentindo esperançosa e menos temerosa, o que pode ser um indicativo positivo para uma experiência de amamentação bem-sucedida.



Cravo exemplifica o papel ativo que os pais podem desempenhar no apoio à amamentação. Sua pesquisa e conhecimento sobre o assunto demonstram como os pais podem contribuir para uma experiência de amamentação bem-sucedida.

Essas experiências reforçam a necessidade de uma abordagem holística para apoiar as mães durante o período pós-parto. A educação em saúde, o apoio emocional, a persistência e o envolvimento ativo dos pais são todos elementos-chave para uma experiência de amamentação bem-sucedida.

Esses feedbacks demonstram a diversidade e a profundidade do impacto das sessões realizadas. Ressaltando a importância da educação em saúde para todos os envolvidos no processo de amamentação.

4.1 DESAFIOS ENCONTRADOS

Compreende-se como limitações dessa educação em saúde o engajamento dos participantes percebido ao comparar-se o número de participantes à quantidade de feedbacks, limitando assim a medição do impacto, visto que para isso necessitaria de uma maior participação ativa e constante dos indivíduos envolvidos nas sessões, bem como um acompanhamento mais detalhado e personalizado de cada participante para avaliar adequadamente a eficácia e efetividade da atividade educativa.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este relato reforça a importância da educação em saúde no contexto da amamentação, especialmente quando conduzida por agentes embasados cientificamente. As experiências relatadas pelas gestantes e mulheres no pós-parto destacam a necessidade de uma abordagem holística que inclua não apenas a educação em saúde, mas também o apoio emocional e o envolvimento ativo dos pais.

Os feedbacks obtidos demonstram a diversidade e profundidade do impacto das sessões educativas realizadas, ressaltando a relevância da educação em saúde para todos os envolvidos no processo de amamentação. Através dessas sessões, as mães foram capacitadas com conhecimentos e habilidades necessárias para uma experiência de amamentação bem-sucedida.

Em conclusão, este relato demonstra que a educação em saúde é uma ferramenta poderosa para apoiar as mães durante o período pós-parto. É imperativo que seja continuado o investimento e inovação em estratégias de educação em saúde para garantir que todas as mães recebam o apoio de que necessitam durante este período crucial.



REFERÊNCIAS

SILVA, Maria Aparecida. Aleitamento Materno e Cuidados com a Mama: Um Guia Prático para Mães e Profissionais de Saúde. 2ª ed. São Paulo: Editora ABC, 2020.

WILD, Camila Fernandes et al. Educação em saúde na sala de espera de uma policlínica infantil: relato de experiência. Revista de Enfermagem da UFSM, [S.l.], v. 4, n. 3, p. 660 -666, nov. 2014. ISSN 2179-7692. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/12397>>. Acesso em: 20 dez. 2019.

Barbosa GE, Silva VB, Pereira JM, Soares MS, Medeiros Filho RA, Pereira LB, et al. Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas. Rev Paul Pediatr. 2017;35(3):265-72. doi: 10.1590/1984-0462/2017;35;3;00004

IOPP, Patricia Hoffmann, Gisele Iopp Massafera, e Cleunir de Fátima Candido De Bortoli. "A atuação do enfermeiro na promoção, incentivo e manejo do aleitamento materno." Enferm Foco 14 (2023). Disponível em <https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-14-e-202344/2357-707X-enfoco-14-e-202344.pdf>. Acesso em: 08/10/2023.