

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

KARINE ALVES DE OLIVEIRA

CONHECIMENTO DAS NUTRIZES SOBRE A PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO

Juazeiro do Norte – CE

2020

KARINE ALVES DE OLIVEIRA

CONHECIMENTO DAS NUTRIZES SOBRE A PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio como requisito para obtenção do título de Bacharelado em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a Ma. Ana Paula Ribeiro de Castro

Juazeiro do Norte – CE

2020

KARINE ALVES DE OLIVEIRA

CONHECIMENTO DAS NUTRIZES SOBRE A PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio como requisito para obtenção do título de Bacharelado em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a Ma. Ana Paula Ribeiro de Castro

Aprovado em: ____/____/____

Banca Examinadora:

Prof.(a) Ana Paula Ribeiro de Castro
Orientadora

Prof.(a) Maria do Socorro Nascimento Andrade
Examinadora 1

Prof.(a) Ana Érica de Oliveira Brito Siqueira
Examinadora 2

AGRADECIMENTOS

Ser enfermeira é um sonho que iniciou durante a minha graduação, onde fui descobrindo o meu amor por essa profissão, eu não escolhi a enfermagem e sim, ela me escolheu, hoje sou muito grata por essa escolha, onde está preste a se realizar um dos meus maiores sonhos e tenho a agradecer muitas pessoas que foram essências nessa trajetória.

Agradeço em primeiro lugar a Deus, que me deu saúde e forças para superar todos os momentos difíceis a que eu me deparei ao longo da minha caminhada.

Agradeço a minha família e em especial aos meus pais Irene e Eliedisio ao meu irmão Kairo a minha tia Iracema, que sempre me incentivaram a não desistir, e apesar de todas as dificuldades, me ajudaram na realização desse sonho.

Ao meu namorado Raul, por toda paciência, confiança, compreensão, me dando todo apoio, força e me ajudando em todos os momentos durante essa trajetória.

Agradeço aos meus amigos tanto os antigos como os novos que compartilharam momentos incríveis e permitiram momentos mais leves e alegres, em especial a Maria Eduarda, Antonia Aline, Luana, Hiago, Tainara e Adriana, que sempre me apoiaram e me ajudaram.

Agradeço a todos os professores da Unileão pelos ensinamentos repassados e em especial a minha orientadora Ana Paula, por todo apoio e paciência, pelo empenho dedicado a elaboração desta monografia, me orientando e contribuindo para sua melhoria.

E por fim, sou grata a todos que de alguma forma me ajudaram direto ou indiretamente na realização dessa pesquisa e desse sonho que está preste a se realizar.

Obrigada a todos!

RESUMO

O aleitamento materno é a estratégia natural que ocasiona vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e compõe uma das mais importantes intervenções para redução da morbimortalidade infantil. O processo de amamentação resulta em necessidades nutricionais especiais na mulher que amamenta, assim recomenda-se um maior consumo de grande parte dos nutrientes, mas a alimentação das nutrizes pode ser influenciada por questões econômicas, sociais e culturais, dentre as questões culturais, os tabus ou restrições alimentares, podem interferir, privando as lactantes de consumirem nutrientes importantes para o seu sustento e consequentemente para a produção do leite. Esse estudo teve como objetivo analisar, a partir da literatura científica, o conhecimento das nutrizes em relação à produção do leite materno. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, por meio de busca na base de dados MEDLINE (via PubMed – Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e a biblioteca eletrônica SCIELO (Scientific Electronic Library Online). Tendo como critérios de inclusão: artigos científicos, publicados no período de 2015 a 2019, no idioma Português, disponíveis na íntegra, de acesso livre e artigos que abordavam o tema proposto. Para exclusão seguiram os critérios publicações de anos anteriores ao delimitado, artigos duplicados, artigos pagos e produção incompleta. Para a seleção dos estudos, foram utilizados como descritores “Aleitamento Materno” “Alimentação” e “Crenças”, com o operador booleano AND. A coleta de dados foi realizada nos meses de outubro/2019 a maio/2020. Inicialmente foram encontrados 437 artigos e após leitura do resumo, aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, selecionou-se 08 artigos para o estudo. Pesquisas sobre crenças e tabus que influenciam a produção do leite materno são bastante escassos, contudo os estudos retrata que sim, existe as influencias passadas de gerações a gerações, mas a maioria não esclarece quais são essas crenças que pode acabar atrapalhando o aleitamento materno e assim ocorrendo o desmame precoce. Conclui-se que a enfermagem desempenha um papel fundamental na assistência tanto a mulher como a família em todo seu processo de lactação, concedendo ações educativas, na promoção do aleitamento exclusivo, na qual pode sofrer influências socioculturais onde as orientações de enfermagem podem esclarecer para que não ocorra o desmame precoce, contribuindo assim para o sucesso da amamentação.

Palavras-chave: Aleitamento Materno. Alimentação. Crenças.

ABSTRACT

Breastfeeding is the natural strategy that causes bonding, affection, protection and nutrition for the child and is one of the most important interventions for reducing child morbidity and mortality. The breastfeeding process results in special nutritional needs in the breastfeeding woman, so a greater consumption of most nutrients is recommended, but the feeding of the nursing mothers can be influenced by economic, social and cultural issues, among cultural issues, taboos or food restrictions, can interfere, depriving lactating women from consuming important nutrients for their sustenance and consequently for milk production. This study aimed to analyze, from the scientific literature, the knowledge of nursing mothers in relation to the production of breast milk. It is an integrative literature review, by searching the MEDLINE database (via PubMed - Online Medical Literature Search and Analysis System), VHL (Virtual Health Library) and the electronic library SCIELO (Scientific Eletronic Library Online). Having as inclusion criteria: scientific articles, published from 2015 to 2020, in Portuguese, available in full, open access and articles that addressed the proposed theme. The exclusion criteria followed were publications from years prior to the delimited one, duplicate articles, paid articles and incomplete production. For the selection of studies, the keywords "Breastfeeding", "Food" and "Beliefs" were used, with the Boolean operator AND. Data collection was carried out from October / 2019 to May / 2020. Initially, 437 articles were found and after reading the abstract, applying the inclusion and exclusion criteria, 08 articles were selected for the study. Research on beliefs and taboos that influence the production of breast milk is quite scarce, however the studies show that yes, there are influences passed from generations to generations, but most do not clarify which are these beliefs that can end up hindering breastfeeding and so early weaning. It is concluded that nursing plays a fundamental role in assisting both women and their families throughout their lactation process, granting educational actions, in the promotion of exclusive breastfeeding, in which they can suffer socio-cultural influences where nursing guidelines can clarify so that early weaning does not occur, thus contributing to the success of breastfeeding.

Keywords: Breastfeeding. Food. Beliefs.

LISTA DE ABREVIACOES E SIGLAS

AND	E
BDENF	Base de Dados em Enfermagem
BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
CE	Ceará
CNS	Conselho Nacional de Saúde
DECS	Descritores em Ciências da Saúde
ESF	Estratégia de Saúde da Família
Et al	Entre outros
LILACS	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
Ma	Mestra
N	Número
OMS	Organizao Mundial de Saúde
Prof	Professora
SCIELO	Scientific Electronic Library Online
UNILEÃO	Centro Universitário Doutor Leão Sampaio

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
2 OBJETIVO.....	10
2.1 OBJETIVO GERAL.....	10
2.2 OBJETIVO ESPECIFICO.....	10
3 REFERENCIAL TEORICO.....	11
3.1 PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO.....	11
3.2 INFLUENCIAS CULTURAIS SOBRE O LEITE MATERNO.....	12
3.3 NUTRIÇÃO MATERNA.....	13
3.4 MITOS E VERDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO MATERNA NA PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO.....	15
4 METODOLOGIA.....	16
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	16
4.2 POPULAÇÃO, AMOSTRA E PERIODO DO ESTUDO.....	16
4.3 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS.....	16
4.4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS.....	17
4.5 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS	17
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	18
5.1 ALIMENTOS CONSUMIDOS DURANTE A AMAMENTAÇÃO, PARA A PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO.....	25
5.2 INFLUENCIAS FAMILIARES E CULTURAIS EM RELAÇÃO À PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO.....	26
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS.....	29

1 INTRODUÇÃO

Segundo Santos, Pereira e Oliveira (2018) o aleitamento materno é a estratégia natural que ocasiona vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e compõe umas das mais importantes intervenções para redução da morbimortalidade infantil. Envolve interação entre mãe e filho, influência nas condições nutricionais da criança e em seu desenvolvimento, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe.

O processo de amamentação resulta em necessidades nutricionais especiais na mulher que amamenta, assim recomenda – se um maior consumo de grande parte dos nutrientes (GUINE; GOMES, 2015). O incentivo, a orientação e a promoção da alimentação saudável e realização de atividades físicas ganham ênfase na Estratégia de Saúde da Família, a fim de tornar a vida dessas mulheres mais saudável (CORDEIRO et al.,2015).

A alimentação das nutrizes pode ser influenciada por questões econômicas, sociais e culturais. Dentre as questões culturais, os tabus ou restrições alimentares, podem interferir, privando as lactantes de consumirem nutrientes importantes para o seu sustento e conseqüentemente para a produção do leite (CAMPO et al.,2008).

Questões culturais e familiares interferem fortemente nas crenças maternas, na capacidade de acreditar tanto no processo de amamentação, como nas dúvidas e medos. É de suma importância que a mulher tenha assistências para esclarecer suas dúvidas, inseguranças e dificuldades no processo de amamentação (CAPUCHO et al., 2017).

É importante os profissionais de saúde conheçam a rotina, o contexto sociocultural, as dúvidas, medo, expectativas e os mitos pertencentes ao aleitamento materno, para que desconstruam as crenças que foram estabelecidas entre gerações que influenciam de forma negativa na amamentação (MARQUEZ; COTTA; PRIORE, 2011).

É importante ressaltar que na amamentação, o volume de leite produzido varia, dependendo da quantidade que a criança mama e da oferta que é proporcionada a esta amamentação, pois quanto mais vezes a criança mamar, maior será a produção de leite (BRASIL, 2015 a).

A técnica correta de amamentação é sem dúvidas o elemento crucial para que ocorra o sucesso da amamentação, pois o posicionamento correto do bebê para uma pega adequada permite a realização de uma amamentação eficaz e conseqüentemente sucedendo ao aumento da produção do leite materno e evitando o aparecimento de fissuras mamilares e possíveis infecções. A prolactina é o hormônio responsável pela produção de leite, tem seus níveis regulados pelo estímulo de sucção do complexo mamilo-areolar através da pega adequada e da frequência das mamadas, a ocitocina, hormônio responsável pela ejeção de leite, é

influenciada por fatores emocionais maternos, ela aumenta em situações de autoconfiança e diminui em momentos de ansiedade e insegurança (LUCAS, 2014).

Existem diversas orientações errôneas que as mães recebem sobre o aumento da produção do leite materno tais estas como: “O leite materno pode ser fraco para nutrir o bebê, Canjica, caldo de cana, cuscuz, rapadura e cerveja preta aumentam a produção de leite”, “Seios muito pequenos não produzem leite na quantidade suficiente para o bebê”, “Se a mãe tiver dificuldades de amamentar seu filho, o ideal é que o bebê mame no seio de outra mulher”, “Quem volta ao trabalho após a licença-maternidade precisa parar de amamentar” “A pesar de ser amamentação exclusiva é preciso ofertar a ingestão de água” e entre diversos mitos que existe em relação ao aleitamento materno, dificultando o processo de amamentação.

O presente estudo traz como proposta oferecer informações que contemplam as nutrizes sobre a produção do leite materno, para que não ocorra o desmame precoce. Partindo desta explanação, o estudo é fundamentado pelas seguintes questões norteadas: como as nutrizes acreditam que determinados alimentos aumentam a produção do leite materno? Quais as influências familiares, sociais, culturais, possam levar a consumir certos alimentos?

Entretanto, a partir dessas considerações e diante da relevância da temática em questão, o estudo buscou compreender na literatura o conhecimento das nutrizes em relação à alimentação para a produção de leite materno, onde as crenças e tabus influenciam de forma crucial a sua prática.

Esse estudo contribuirá para enfatizar a importância de uma orientação adequada em relação ao aleitamento materno a respeito do aumento da produção do leite, pois estas sofrem influências socioculturais, que é importante desconstruir para que ocorra o sucesso da amamentação, orientando as mulheres de forma com que elas compreendam os fatores que realmente serão necessários para que ocorra o aumento do leite materno.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Analisar, a partir da literatura científica o conhecimento das nutrizes em relação à produção do leite materno.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Investigar na literatura quais alimentos são consumidos durante a amamentação, para a produção do leite materno.
- Identificar as influências familiares e culturais em relação à produção do leite materno a partir da visão literária.

3 REFERENCIAL TEORICO

3.1 A FISILOGIA DO LEITE MATERNO

O aumento do volume das mamas durante a gestação ocorre por fato dos altos níveis de estrogênio, mas para que o processo de maturação mamária transcorra os hormônios de progesterona, lactogênio placentário, gonadotrofina, corticoides placentários, hormônios tireoidianos e paratireoidianos, corticoides suprarrenais, insulina, prolactina e possivelmente o hormônio de crescimento hipofisário também participam desse processo (BRASIL, 2019 a).

Contudo o leite materno costuma descer nos primeiros dias de puerpério, o recém-nascido é saciado pelo colostro, onde é fonte de vitaminas e proteínas, com isso é importante que a puérpera seja estimulada a amamentação, para que ocorra o aumento da produção de leite.

Segundo Brasil (2019 a) quando ocorre à sucção nas duas mamas faz com que suceda a ejeção do leite materno, pois se o esvaziamento da mama não for adequado à produção do leite diminui, tanto por inibição mecânica como química. Sendo assim grande parte do leite materno é produzida enquanto a criança mama, sob o estímulo da prolactina.

O bebê precisa aprender a retirar o leite do peito de forma eficiente, além de sua sucção ser um ato reflexo, para que o ocorra à pega da mama adequada, requer uma abertura ampla da boca, abocanhando não apenas o mamilo, mas também parte da aréola, formando um lacre entre a boca e a mama, garantindo a formação do vácuo, indispensável para que o mamilo e a aréola se mantenham dentro da boca do bebê. Entretanto alguns bebês não conseguem pegar a de forma correta, pois não conseguem manter a pega esse fato pode ocorrer porque o bebê não está bem posicionado, não abre a boca suficientemente ou está sendo exposto à mamadeira ou chupeta, além disso, o bebê pode não abocanhar adequadamente a mama porque elas estão muito tensas, ingurgitadas e o manejo vai depender do problema detectado (BRASIL, 2009).

De acordo com Brasil (2015 b) o leite materno é o alimento mais completo e adequado para crianças até os seis meses de idade. Pois todos os nutrientes necessários no desenvolvimento da criança estão na quantidade e forma certas, adequados à imaturidade de seu sistema gastrointestinal.

Contudo, é de suma importância conhecer os tipos de aleitamento materno e quais são suas classificações. Segundo Brasil (2009), o aleitamento materno é classificado por aleitamento materno exclusivo, que é ofertado direto da mama ou ordenhado, ou leite humano de outra fonte, sem introduzir outros alimentos, como líquidos e sólidos, com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos. Aleitamento materno predominante, que é ofertando tanto o leite materno

como água ou bebidas à base de água, chás, sucos de frutas e entre outras. Aleitamento materno é quando a criança recebe o leite materno independentemente de receber ou não outros alimentos. Aleitamento materno complementado do leite materno, quando a criança recebe qualquer alimento sólido ou semi-sólido com o intuito de complementá-lo, e não de substituí-lo nessa categoria a criança pode receber, além do leite materno, outro tipo de leite, mas este não é considerado alimento complementar. Aleitamento materno misto ou parcial, quando é ofertado a criança o leite materno e outros tipos de leite.

Pois é de suma importância tanto para a mãe quanto para o bebê, pois traz benefícios para ambos, intensificando o vínculo mãe e filho, entretanto sua produção pode sofrer interferências e conseqüentemente ocorrendo o desmame precoce. Contudo as ações educativas voltadas para o aleitamento materno são de total relevância para a produção do leite.

3.2 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO

O aleitamento materno fornece inúmeros benefícios tanto para a mãe quanto ao filho, onde se encontra um imenso valor nutritivo para os bebês, o leite materno também protege as crianças contra infecções, alergias, algumas doenças crônicas e cânceres infantis, já para a mãe, a amamentação também é de suma importância, pois reduz o peso mais rapidamente após o parto, ajuda o útero a recuperar o tamanho normal, diminui o risco de hemorragia e anemia e reduz o risco de diabetes e de desenvolver câncer de mama e ovário (BRASIL, 2018).

O leite materno também proporciona benefícios tanto para a mãe como para o bebê, como a diminuição de diarreias, mortes infantis, infecção respiratória, alergia, hipertensão, colesterol alto e diabetes, reduz a chance de obesidade, melhor nutrição, melhor desenvolvimento da cavidade bucal, se exclusivo até os seis meses evita nova gravidez, menos custo financeiro, promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho e uma melhor qualidade de vida.

Segundo a OMS e UNICEF (2018), o aleitamento materno é essência na primeira hora de vida do recém-nascido, pois protege de infecções que pode acarretar o bebê, onde estes correm maiores riscos de morte por diarreia e outras infecções quando são amamentados parcialmente ou não são amamentados, a amamentação também melhora o QI, o desempenho e a frequência escolar.

Além dos benefícios econômicos que o leite materno ocasiona para a família, pois não há a necessidade de introduzir fórmula infantil na alimentação do bebê, o leite materno ele tem todos os nutrientes que a criança precisa suprir, além de ser mais saudável que as

formulas infantis que existe no mercado, pois as mães de baixo poder aquisitivo pode ofertar à criança uma mamadeira excessivamente diluída, assim podendo ocorrer grandes possibilidades de contaminação, por diversos fatores como, por exemplo, as condições precárias de higiene tanto da água a ser utilizada no preparo do leite como a má higienização da mamadeira e bico.

Apesar dos inúmeros benefícios conhecidos e das mortes que poderiam ser evitadas, manifesta que a maior parte das mães não consegue exercer o desejo inicial de amamentar, pois não tem o suporte adequado para ultrapassar as situações de insegurança, ansiedade e estresse, acabando por desistir muito precocemente do aleitamento materno (MOTA; VASCONCELOS; MARTINS, 2017).

Contudo, durante o período de amamentação, é de suma importância que a mãe esteja amparada, pois nos primeiros meses de amamentação, ocorrem diversas mudanças para a mulher, que apesar de parecer muito natural, é um processo intenso para o bebê e a mãe, pois ocorre um processo de adaptação nesse período, é preciso ter tranquilidade para esse momento e ter apoio dentro e fora de casa é fundamental para que esse processo ocorra de maneira mais calma possível (BRASIL, 2019 b).

3.3 MITOS E VERDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO NA PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO

A maternidade é considerada um momento especial, tanto para a mulher como para a família. Segundo Baião; Deslandes (2006) nesses períodos a mulher está predisposta a determinadas crenças e tabus e influências culturais, baseadas em diferentes saberes, que às vezes não conversam entre si, mas que estão interligados na forma que essas mulheres se alimentam.

As crenças e tabus em relação ao aleitamento materno são passadas de geração a geração, onde a mulher tem a confiança nos conceitos culturais, pois são heranças de comportamentos que são repassados principalmente pela família.

As influencias culturais pode refletir uma falta de confiança em si mesma. Segundo Algarves, Julião, Costa (2015) essa falta de confiança, tem como consequências pensamentos que seu leite é fraco, pois surge pelo fato que as mães podem passar a ter medo e ver como um desafio o fato de que ela mesma produz o alimento de seu filho, principalmente tendem a carregar a culpa se acreditarem que o seu leite não satisfaz as necessidades da criança.

O pensamento que existe leite fraco e que este não supri as necessidades da criança faz com que a complementação com outros alimentos seja cada vez maior e assim ocorrendo o desmame precoce, pois o leite materno é bastante comparado ao leite de vaca e as formulas

que existe no mercado, pois a aparência aguada do leite materno e principalmente do colostro, faz com que a mãe considere seu leite inferior, acreditando que não serve para atender às demandas da criança.

O "leite fraco", "o leite é insuficiente", "o bebê não quis pegar o peito", "o leite materno não mata a sede do bebê" e "os seios caem com a amamentação" constataam a insegurança e a falta de confiança da mulher nas questões do cotidiano materno durante a amamentação, onde muitas vezes por falta de conhecimento ocorre o desmame precoce por ofertar água e outros alimentos, essas dificuldades que não possibilita uma amamentação correta podem surgir por conta das influências culturais e sociais.

Muitas mulheres evitam determinados alimentos durante a amamentação com receio de que possa fazer mal ao bebê, como se ao ingerir certos alimentos provocasse cólicas durante a amamentação, algumas mães acrescentam alimentos à dieta na esperança de que eles façam com que ela produza mais leite para o bebê (BRASIL, 2015 c).

Existem diversas orientações errôneas que as mães recebem sobre alimentos que aumentam produção de leite materno tais eles como Cerveja preta, canjica, água inglesa, leite de vaca, rapadura preta, cuscuz e entre outros alimentos. Segundo Brasil (2017) não é necessário tomar mais leite de vaca para produção do leite, por ser líquido a cerveja preta aumenta a quantidade de leite, tanto como a água e o suco, entretanto bebidas alcoólicas não devem ser ingeridas, pois o álcool passa rapidamente para o leite e pode ser prejudicial ao bebê.

Os alimentos não estão direcionados de forma direta ao aumento da produção de leite materno, e sim de forma indireta, como aqueles que ocasionam o aumento da sede, e consequentemente aumenta a ingestão de líquidos, que ajuda na produção do leite materno.

A alimentação é essencial nessa fase, não para a produção de leite, mas para a saúde da mulher, com isso é recomendado uma alimentação saudável, mas deve-se desmistificar a relação de certos alimentos com a produção do leite materno, pois as influências fazem parte do cotidiano, nesse sentido é necessário que os profissionais de saúde desvendem os mitos e crenças que são transmitidos por avós-mães-filhos, dando um suporte maior às mulheres que estão nessa fase de amamentação, prestando um atendimento de qualidade, abrangendo os diversos fatores presentes na amamentação e assim sucedendo o sucesso da lactação.

3.4 NUTRIÇÃO MATERNA

Uma alimentação saudável rica em vitaminas e com adequado número de nutrientes é de suma importância para a mulher que está na fase da maternidade, pois traz inúmeros benefícios para a mãe e para o bebê.

Durante essa fase, as recomendações nutricionais de alimentos saudáveis aumentam, para garantir o crescimento e desenvolvimento do bebê, bem como o metabolismo materno, pois se deve adaptar-se a cada mulher, considerando-se as diferenças individuais (BRASIL, 2015 c).

A alimentação adequada de uma nutriz pode não ser acessível para muitas mulheres de famílias com poder aquisitivo baixo, o que pode desestimulá-las no processo de amamentação de seus filhos, com isso, a orientação alimentar de cada nutriz deve ser feita levando-se em consideração, além das preferências e dos hábitos culturais, a acessibilidade aos alimentos, entretanto é sempre importante lembrar que as mulheres produzem leite de boa qualidade mesmo consumindo alimentos com baixo teor de nutrientes (BRASIL, 2009).

A desnutrição e o excesso nutricional materno aumentam a predisposição dos filhos a alterações metabólicas, neuronais e no seu desenvolvimento (CAMPOS; PALANCH, 2017). Assim deve-se ter uma atenção maior com a nutrição materna, para que não haja complicações, como ganho de peso excessivo, diabetes gestacional e hipertensão, além de poder também prevenir a presença de outros desconfortos típicos deste período, trazendo o bem-estar da mãe e o crescimento saudável do bebê.

As orientações que devem ser prestadas à gestante quanto à adoção de uma alimentação adequada e saudável, deve suprir suas necessidades nutricionais, e orientações quanto à criança, que garanta um crescimento e desenvolvimento adequados ao feto, devem ser um dos principais objetivos desses cuidados (BRASIL, 2013).

Diante disso deve-se optar por alimentos saudáveis de preferência naturais, como hortaliças, legumes, cereais, frutas, laticínios, Carne, peixe ou ovos, água, pois a alimentação é primordial tanto para a mãe como para o bebê por isso é de suma importância aderir hábitos saudáveis para ter uma boa qualidade de vida.

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE ESTUDO

O presente estudo foi realizado por meio de revisão integrativa, segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008) proporcionam resultados imediatos e imprescindíveis, pois abrange inúmeras áreas de atuação na saúde, ocorrendo à tomada de decisão, propiciando um saber crítico.

Contudo, a revisão integrativa se adequa ao presente estudo, pois pretende unir diversos estudos na literatura que são propícios ao tema, proporcionando uma compreensão ampla sobre o conhecimento das nutrizes sobre a produção do leite materno.

4.2 POPULAÇÃO, AMOSTRA E PERÍODO DO ESTUDO

Para constituir a amostra do presente estudo, foi realizada uma pesquisa nas bases de dados on-line, entre as quais: MEDLINE (via PubMed – Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e a biblioteca eletrônica SCIELO (Scientific Eletronic Library Online). A seleção e análise do material ocorreram nos meses de outubro/2019 a maio/2020.

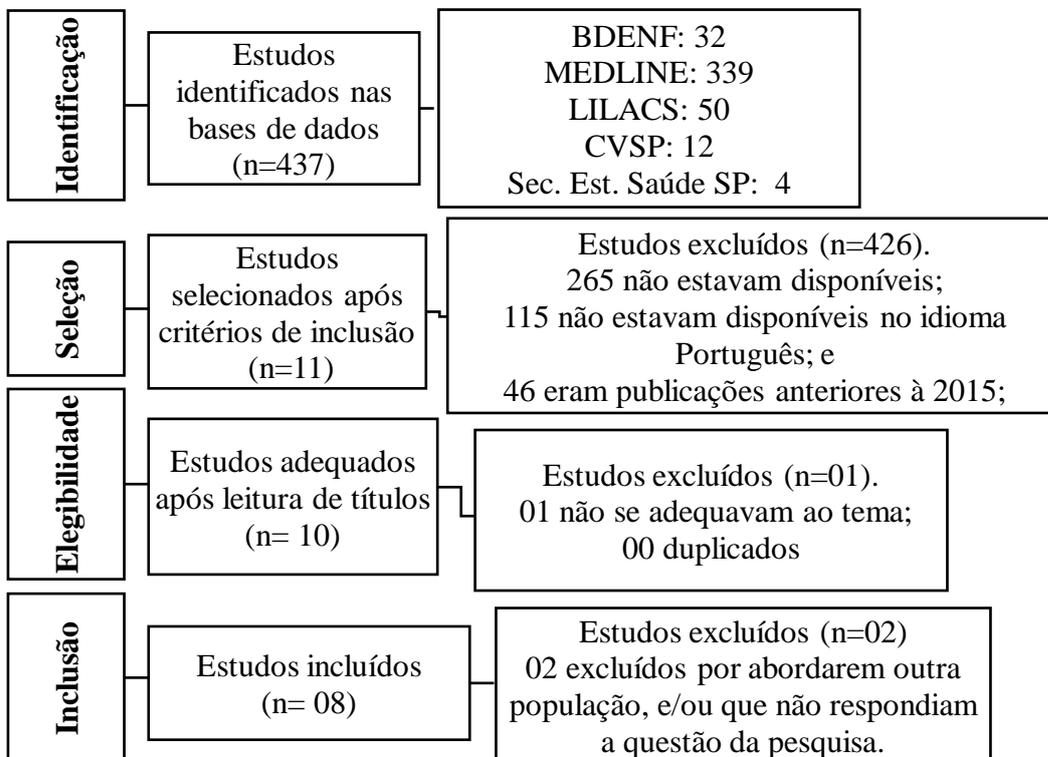
Para a seleção dos estudos atendeu ao critério da presença dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), empregando os seguintes descritores: “Aleitamento Materno”, “Alimentação” e “Crenças”, com o operador booleano AND. Inicialmente foram encontrados 437 artigos e após leitura do resumo, aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, selecionou-se 08 artigos para o estudo.

4.3 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

O material foi selecionado nas bases de dados já descritas e seguiu aos critérios de inclusão e exclusão. Como critérios de inclusão foram definidos textos disponíveis na íntegra, idioma português dos últimos cinco anos (2015-2019), de acesso livre e artigos que abordavam o tema proposto. Para exclusão seguiram os critérios publicações de anos anteriores ao delimitado, artigos duplicados, artigos pagos e produção incompleta.

Após leitura minuciosa na íntegra dos artigos selecionados e descrição dos textos procedeu-se à identificação daqueles que compõem esse estudo.

Figura 1. Fluxograma da seleção dos estudos de acordo com o *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. Juazeiro do Norte – Ceará, Brasil. 2020.



Fonte: Pesquisa direta, 2020.

4.4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS

Os dados obtidos foram submetidos à análise de conteúdo. Segundo Minayo, (2007) esta forma pode-se obter resposta para as questões levantadas podendo ocorrer a confirmação ou não das hipóteses levantadas antes das investigações realizadas.

4.5 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Optou-se por apresentar os resultados em quadros, onde foram organizados com os principais achados dos estudos selecionados, como: título, ano, autor, principais resultados e conclusões, entre outros. A discussão dos dados obtidos os estudos foram interpretados a partir da discussão dos principais aspectos relacionados a cada estudo sobre o conhecimento das nutrízes sobre a produção do leite materno. Por se tratar de um artigo de revisão de literatura, não houve a necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

As tabelas proporcionam uma apresentação de dados que abrange uma forma mais simples trazendo as informações e ideias para o leitor, de uma maneira mais resumida e completa, onde envolve vários conteúdos de diversos autores diferentes (PEÇA, 2008).

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao analisar os estudos científicos, depois de aplicados os critérios de inclusão e exclusão, sucederam em 08 artigos, sendo estes analisados criteriosamente.

A apresentação dos resultados está dividida em duas partes: a primeira com caracterização dos estudos, apresentadas por meio de quadros, e a segunda parte, apresentadas em categorias temáticas.

QUADRO 01 - Caracterização dos artigos, da busca em base de dados.

TÍTULO AUTORES PERIÓDICO ANO	OBJETIVOS	METODOLOGIA
<p>ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: EMPECILHOS APRESENTADOS POR PRIMÍPARAS</p> <p>Amanda Marinho da Silva; Maria Carolina Salustino dos Santos; Suélida Rafaela de Melo Silva; Fabiana Ângelo Ferreir; Rosideyse de Souza Cabral Freitas5; Raquel Emanuele Alcoforado dos Santos; Mariana Tomé.</p> <p>Revista enfermagem UFPE 2018</p>	<p>Identificar os empecilhos apresentados pelas primíparas das Unidades Básicas de Saúde em relação à amamentação exclusiva dos filhos nos primeiros 6 meses de vida.</p>	<p>Trata-se de estudo quantitativo, de campo, exploratório e descritivo que se utilizou para a coleta de dados, um questionário semiestruturado.</p>
<p>A DECISÃO DE AMAMENTAR DURANTE A ADOLESCÊNCIA: UM ESTUDO NA PERSPECTIVA CULTURAL</p> <p>Luiza Cremonese; Laís Antunes Wilhelm; Lisie Alende Prates; Andrêssa Batista Possati; Juliane Scarton; Lúcia Beatriz Ressel.</p> <p>Revista Enfermagem UFSM – 2016</p>	<p>Conhecer como foi culturalmente construída a decisão de amamentar, durante a adolescência, por um grupo de mulheres.</p>	<p>Estudo de campo, descritivo, qualitativo, os dados foram coletados por meio de entrevista semiestruturada, e utilizou-se a análise de conteúdo temática da proposta operativa.</p>

<p>A INFLUÊNCIA DE CRENÇAS E TABUS ALIMENTARES NA AMAMENTAÇÃO</p> <p>Maria Maitê Leite Lima; Thiécla Katiane Rosales Silva; Priscila Antunes Tsupal; Angélica Rocha de Freitas Melhem; Marcela Komechen Brecailo; Emilaine Ferreira dos Santos.</p> <p>O Mundo da Saúde, São Paulo – 2016</p>	<p>Verificar as diferenças nas práticas alimentares de um determinado grupo de mães em relação ao aleitamento.</p>	<p>Caracteriza-se como um estudo transversal.</p>
<p>PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO ENSINO FUNDAMENTAL: revisão integrativa</p> <p>Fernanda Demutti Pimpão Martins; Luciana Pedrosa Leal; Tatiane Gomes Guedes; Marly Javorski; Cleide Maria Pontes.</p> <p>Rev. Eletr. Enf. 2016</p>	<p>Analisar as abordagens sobre a promoção do aleitamento materno no ensino fundamental.</p>	<p>Revisão integrativa realizada na BVS, PUBMED, SCOPUS, CINAHL, COCHRANE e SciELO, sendo encontradas 1.598 publicações e sete selecionadas para amostra final.</p>
<p>ALEITAMENTO MATERNO: CONHECIMENTO DE AVÓS ADSCRITAS À ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA</p> <p>Rosineide Santana de Brito; Jullyana Davanyelle dos Santos Oliveira; Danyelle Leonette Araújo dos Santos; Amanda Barbosa da Silva.</p> <p>Revista Enfermagem UFSM – 2015</p>	<p>Verificar o conhecimento de avós adscritas à Estratégia Saúde da Família sobre a prática do aleitamento materno.</p>	<p>Estudo descritivo, exploratório, quantitativo.</p>

<p>ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: CAUSAS DA INTERRUÇÃO NA PERCEPÇÃO DE MÃES ADOLESCENTES</p> <p>Amanda Cordeiro Oliveira; Ítala Keane Rodrigues Dias; Fátima Esmeraldo Figueredo; Joseph Dimas de Oliveira; Rachel de Sá Barreto Luna Callou Cruz; Karla Jimena Araújo de Jesus Sampaio.</p> <p>Revista enfermagem UFPE 2016</p>	<p>Conhecer a percepção das mães adolescentes quanto às causas que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo.</p>	<p>Estudo descritivo, com abordagem qualitativa.</p>
<p>DIFICULDADES NO ESTABELECIMENTO DA AMAMENTAÇÃO: visão das enfermeiras atuantes nas unidades básicas de saúde</p> <p>Carmen Carballo Dominguez; Nalú Pereira da Costa Kerber; Jamila Vasquez Rockembach; Lulie Rosane Odeh Susin; Taimara Martins Pinheiro; Eloisa da Fonseca Rodrigues.</p> <p>Revista enfermagem UERJ 2017</p>	<p>Conhecer, sob a ótica das enfermeiras da Rede Básica de Atenção à Saúde, as dificuldades para o estabelecimento do Aleitamento Materno.</p>	<p>Estudo qualitativo.</p>
<p>REDE DE APOIO SOCIAL DE PUÉRPERAS NA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO</p> <p>Lisie Alende Prates; Joice Moreira Schmalfluss; Jussara Mendes Lipinski.</p> <p>Esc. Anna Nery – 2015</p>	<p>Conhecer a rede de apoio social das puérperas na prática da amamentação.</p>	<p>Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo descritiva.</p>

Fonte: Dados da pesquisa em base de dados, 2020

Do total de artigos selecionados para análise, dois artigos foram publicados no ano de 2015, quatro publicados em 2016, um publicado em 2017 e um publicado no ano de 2018. Isso significa que houve um decréscimo das publicações sobre a temática nos últimos anos, torna-se um número pequeno para o grau de importância tanto para o meio acadêmico como para a população em geral.

Portanto constata-se que os estudos sobre crenças e tabus que influenciam na produção do leite materno são bastante escassos, contudo os estudos retrata que sim, existe as influencias passadas de gerações a gerações, mas a maioria não esclarece quais são essas crenças que pode acabar atrapalhando o aleitamento materno e assim ocorrendo o desmame precoce.

A maioria dos estudos, cinco deles, utilizou a abordagem qualitativa e três utilizaram a abordagem quantitativa, esses últimos, geralmente se relacionando ao uso de questionário.

O Quadro 02 apresenta os principais resultados dos estudos analisados bem como as conclusões, considerando a temática principal dessa pesquisa.

Quadro 02 - Caracterização dos artigos selecionados nas bases de dados, segundo resultados e conclusões.

TÍTULO AUTORES	RESULTADOS	CONCLUSÕES
<p>ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: EMPECILHOS APRESENTADOS POR PRIMÍPARAS</p> <p>Amanda Marinho da Silva; Maria Carolina Salustino dos Santos; Suélida Rafaela de Melo Silva; Fabiana Ângelo Ferreir; Rosideyse de Souza Cabral Freitas5; Raquel Emanuele Alcoforado dos Santos; Mariana Tomé.</p>	<p>Apresentaram-se como principais empecilhos: os ambientes, as crenças, o leite materno dito fraco, o trabalho ou a ocupação da mulher, a falta de tempo, as mamas endurecidas, a pega incorreta e o bebê agitado.</p>	<p>Torna-se relevante esta pesquisa pela exposição das dificuldades da mulher no processo de amamentação exclusiva, ainda mais aquela que enfrenta o percurso gravídico-puerperal pela primeira vez. Mostram-se que, com tais empecilhos abordados, podem-se elaborar intervenções e métodos estratégicos para auxiliar a mulher no</p>

		momento da amamentação.
<p>A DECISÃO DE AMAMENTAR DURANTE A ADOLESCÊNCIA: UM ESTUDO NA PERSPECTIVA CULTURAL</p> <p>Luiza Cremonese; Laís Antunes Wilhelm; Lisie Alende Prates; Andrêssa Batista Possati; Juliane Scarton; Lúcia Beatriz Ressel.</p>	<p>A decisão de amamentar associou-se à herança cultural, transmitida entre as gerações e caracterizada pelas influências familiares, as experiências prévias de outras mulheres e o conhecimento sobre os benefícios da amamentação para a criança. Ainda envolveu as orientações fornecidas pelos profissionais de saúde, e as captadas nos meios de comunicação.</p>	<p>A decisão de amamentar constitui um processo de aprendizagem, construído no contexto em que as mulheres estão inseridas. Assim, a contribuição deste estudo perpassa a ampliação do olhar sobre a amamentação, reconhecendo-a como uma prática influenciada pela cultura.</p>
<p>A INFLUÊNCIA DE CRENÇAS E TABUS ALIMENTARES NA AMAMENTAÇÃO</p> <p>Maria Maitê Leite Lima; Thiécla Katiane Rosales Silva; Priscila Antunes Tsupal; Angélica Rocha de Freitas Melhem; Marcela Komechen Brecailo; Emilaine Ferreira dos Santos.</p>	<p>Com base nos achados do presente estudo nota-se que, apesar de serem encontrados poucos alimentos considerados tabus, há a influência de crenças alimentares durante a alimentação.</p>	<p>O estudo indicou a prevalência pequena de alimentos classificados como tabu alimentar, também, observou-se um conhecimento considerado adequado entre as mães em relação aos alimentos que favorecem a nutrição da nutriz e do lactente. Contudo, crenças, tabus, certezas e dúvidas em relação à alimentação no período de aleitamento materno, estão presentes em todas as culturas independentes da classe social, nível de instrução, idade ou estado civil.</p>
<p>PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NO ENSINO FUNDAMENTAL: revisão integrativa</p> <p>Fernanda Demutti Pimpão Martins; Luciana Pedrosa Leal; Tatiane Gomes Guedes; Marly Javorski; Cleide</p>	<p>As entrevistas com as crianças revelaram um conhecimento inadequado sobre aleitamento materno visto que fazem alusão frequente ao uso da alimentação infantil com mamadeira e possuem crenças não favoráveis a prática da</p>	<p>As contribuições dessa revisão remetem ao papel do enfermeiro em ampliar o debate desse conteúdo no cenário escolar visto o seu domínio técnico-científico do assunto. O ensino fundamental é uma fase em que as crianças estão sensíveis à aquisição</p>

<p>Maria Pontes.</p>	<p>amamentação.</p>	<p>de novos aprendizados e devido o potencial transformador da educação poderão tornarem-se agentes de mudança na sua comunidade e, talvez, dessa forma, impactar no futuro das próximas gerações no tocante ao aleitamento materno.</p>
<p>ALEITAMENTO MATERNO: CONHECIMENTO DE AVÓS ADSCRITAS À ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA</p> <p>Rosineide Santana de Brito; Jullyana Davanyelle dos Santos Oliveira; Danyelle Leonette Araújo dos Santos; Amanda Barbosa da Silva.</p>	<p>50% das avós entendem que o aleitamento materno deve ser exclusivo até o sexto mês de vida da criança, 85,9% reconhecem a necessidade da oferta deste alimento por demanda espontânea e 38,3% sabem que o leite materno confere proteção contra várias doenças.</p>	<p>Evidencia-se a necessidade de envolver as avós em ações de promoção à saúde para ampliar seus saberes sobre aleitamento materno, visando desmitificar tabus e crenças relativas a este.</p>
<p>ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: CAUSAS DA INTERRUPTÃO NA PERCEPÇÃO DE MÃES ADOLESCENTES</p> <p>Amanda Cordeiro Oliveira; Ítala Keane Rodrigues Dias; Fátima Esmeraldo Figueredo; Joseph Dimas de Oliveira; Rachel de Sá Barreto Luna Callou Cruz; Karla Jimena Araújo de Jesus Sampaio.</p>	<p>Choro persistente da criança, ideia de leite insuficiente ou fraco, influência dos familiares, influências de crenças e/ou tradição, dificuldade na pega, interferências da mama, necessidade de trabalhar e falta de suporte profissional.</p>	<p>Os motivos mencionados pelas adolescentes para não efetivarem o aleitamento materno exclusivo com sucesso advieram de uma ampla variedade de causas complexas relacionadas às manifestações da criança ante a amamentação e a opinião da rede de apoio social.</p>
<p>DIFICULDADES NO ESTABELECIMENTO DA AMAMENTAÇÃO:</p>	<p>No processo de análise, quatro ideias centrais</p>	<p>As crenças da comunidade,</p>

<p>visão das enfermeiras atuantes nas unidades básicas de saúde</p> <p>Carmen Carballo Dominguez; Nalú Pereira da Costa Kerber; Jamila Vasquez Rockembach; Lulie Rosane Odeh Susin; Taimara Martins Pinheiro; Eloisa da Fonseca Rodrigues.</p>	<p>foram identificadas: as enfermeiras estão despreparadas para orientar adequadamente as mães para o Aleitamento Materno; as crenças e a participação da rede social da mulher podem colaborar para o desmame precoce; o uso de mamadeira e chupeta interfere no Aleitamento Materno, a técnica inadequada traz consequências negativas e interfere no estabelecimento do Aleitamento Materno.</p>	<p>desatualização profissional e a técnica inadequada, exercem influência nas condutas relacionadas à amamentação.</p>
<p>REDE DE APOIO SOCIAL DE PUÉRPERAS NA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO</p> <p>Lisie Alende Prates; Joice Moreira Schmalfluss; Jussara Mendes Lipinski.</p>	<p>O meio familiar ocupou o primeiro lugar na referência das entrevistadas, representado, principalmente, pelas mães das puérperas e outras mulheres da família. A amamentação aparece como um ato permeado por mitos, crenças e valores repassados de geração em geração, sendo fortemente influenciada pela rede de apoio social da puérpera.</p>	<p>Enfatiza-se a importância de se conhecer, incentivar e valorizar a presença da rede de apoio social da puérpera, durante a amamentação, de forma a permitir sua participação e colaboração na adesão e manutenção dessa prática.</p>

Fonte: Dados da pesquisa em base de dados, 2020.

A seguir, serão apresentadas duas categorias temáticas que emergiram da análise dos artigos acima apresentados.

5.1 ALIMENTOS CONSUMIDOS DURANTE A AMAMENTAÇÃO, PARA A PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO.

A alimentação saudável é de suma importância tanto para mãe como para o filho, com isso é essencial uma dieta adequada em qualidade dos alimentos como também em sua quantidade.

Uma dieta rica em alimentos saudáveis é essencial no processo de amamentação, com isso geram inúmeras dúvidas tanto nas nutrizes como em seus familiares em quais alimentos podem ser benéficos durante o aleitamento materno.

De acordo com Lima et al (2016) os alimentos considerados benéficos para a produção de leite são líquidos, verduras e legumes, milho e derivados, feijão, arroz e carne. Entretanto também existem alimentos que são prejudiciais a saúde do bebê, tais esses como, bebida alcoólica, chocolate, refrigerantes, café e alimentos gordurosos que não devem ser consumidos durante a amamentação.

Já para Brito et al (2015) os fatores capazes de contribuir para maior produção de leite materno, são o consumo de doces, pois estes são os principais estimulante da produção do leite, evidenciando as crenças culturais fortemente arraigadas neste saber, outro fator é a ingestão de líquidos e uma boa alimentação.

Nos estudos analisados, observou-se que as crenças e tabus tem uma forte influencia nos alimentos citados acima, mas também ressalta a importância da ingestão de líquidos e uma boa alimentação para a produção do leite materno, que são fatores cruciais que favorece a nutrição das nutrizes e do lactente.

Segundo Lima et al (2016) independente de classe social ou nível de instrução, idade ou estado civil as crenças e tabus, dúvidas e certezas em relação a alimentação no período da lactação estão entranhadas na população.

Portanto é importante ressaltar o quanto é essencial valorizar o contexto nos quais as nutrizes estejam inseridas, pois estas terão, durante todo o processo de amamentação, a influência de pessoas, que compõem sua rede de apoio social nesse momento, e os quais possuem inúmeros saberes acerca da amamentação, onde estes saberes serão confrontados, constantemente, com os conhecimentos científicos adquiridos nos serviços de saúde, podendo acarretar em dúvidas e ansiedades na mulher (PRATES; SCHMALFUSS; LIPINSKI, 2015).

Desse modo é essencial as orientações para a promoção do aleitamento materno para incentivar e esclarecer todas as dúvidas das mães, assim, evitando o desmame precoce e dando continuidade ao aleitamento materno.

5.2 INFLUÊNCIAS FAMILIARES E CULTURAIS EM RELAÇÃO À PRODUÇÃO DO LEITE MATERNO

Quando se trata de aleitamento materno, esse processo pode estar acompanhado de diversos mitos e crenças, que são herdadas dentro do contexto familiar, com isso pode acarretar medos, inseguranças e muitas vezes falsas verdades que são ocasionadas nesse período.

Pois as mães que são mais experientes repassam seus costumes e práticas para seus filhos, acreditando que estes são benéficos para o neto, e os filhos valorizam estas orientações, pois reconhece que são permeadas por valores enraizados e culturalmente aceitos no seu contexto social, além de já terem sido comprovados em vivências prévias (CREMONESE et al., 2016).

Muitas vezes as mães são submetidas a cumprir ordens de seus familiares, para a introdução alimentar, por estarem guiadas de incertezas e dúvidas sobre como agir como mãe, assim optando pela alternativa da família (OLIVEIRA et al., 2016).

Segundo Silva et al (2018) foi encontrado diversos problemas que impediam o aleitamento materno tais como, crenças passadas de geração a geração, a idealização de que o leite materno é fraco e insuficiente para alimentar o bebê.

De acordo com Martins et al (2016) a introdução precoce de leite industrializado a criança é uma prática comum entre as mães pois acreditam que seu leite é fraco e não supre as necessidades nutricionais do seu filho, como também a oferta de água ao bebê devido o leite materno ser incapaz de saciar a sede da criança onde essas possuem crenças não favoráveis a prática da amamentação.

Já Oliveira et al (2016) relata o uso de chás e água com sentido medicamentoso, como também outros tipos de alimentos, principalmente o mingau. Evidenciando também um dos grandes problemas o conceito de leite fraco que as nutrizes acreditam ser incapaz de saciar, ocasionadas por crenças familiares.

Para Dominguez et al (2017) as crenças da comunidade exercem influência importante nas condutas relacionadas à amamentação tais como a falta de atualização das profissionais, o uso de chupetas e mamadeiras, a técnica inadequada e a própria mulher, e toda a rede social que a cerca.

Nos estudos analisados observou-se que as influências familiares e cultural em relação à produção do leite materno pode ocasionar o desmame precoce, pois em vez de ocorrer o aumento da produção do leite, ocorre a diminuição dessa produção, por motivos de não serem orientadas corretamente e acabam fazendo o uso de outros métodos e diminuindo a oferta do leite materno.

Pode-se perceber como é difícil trabalhar a questão do aleitamento, já que vivemos em uma sociedade que crenças e tabus estão enraizadas na cultura, no contexto familiar, onde os profissionais devem respeitar esses costumes que são passados de geração em geração e não podem e nem devem estabelecer o que é o certo ou errado, mas sim orientar da melhor forma a questão da lactação, com isso deve-se trabalhar tanto com as nutrizes como seus familiares, estabelecendo um vínculo de profissional e paciente para que possa expressar suas dúvidas, medos e incertezas, quanto ao aleitamento materno.

Quando uma mulher opta em aderir e manter o aleitamento materno, não está expressando apenas a sua decisão, mas também os significados construídos durante toda a vida, seu contexto cultural e de vida, suas motivações e vivências, seus conhecimentos, suas reflexões sobre experiências passadas, os acontecimentos durante a infância, as experiências de seus familiares (PRATES; SCHMALFUSS; LIPINSKI, 2015).

É necessário que os profissionais de saúde se apropriem dos saberes e conhecimentos populares da comunidade onde atuam, a fim de desmitificarem tabus e crenças capazes de interferir negativamente na prática no aleitamento materno (BRITO et al., 2015).

Com isso a importância de integrar a família na consulta como também nas ações educativas, para a promoção do aleitamento materno, para que ocorra a troca de saberes dos profissionais com a mãe e seus familiares, para que o profissional possa entender quais influências estão estabelecidas no âmbito familiar que a mãe se encontra, para poder passar seus conhecimentos e obter uma resposta significativa durante o processo de amamentação.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conhecimento das nutrizes em relação à produção de leite materno está bastante relacionado a crenças e tabus e por mais que sejam passadas em geração a geração, ainda existe uma carência de artigos relacionados à temática.

Tratando-se de um tema bastante pertinente tanto para o meio acadêmico como para a população em geral e em especial as nutrizes, que, muitas vezes, estão cheias de incertezas, medos e inseguranças sobre a amamentação, foram encontrados poucos artigos a respeito do tema em nível nacional. O estudo permitiu identificar que nos últimos cinco anos, as publicações sobre a temática são bastante escassas, apesar de sua relevância.

Todos os estudos apontam a importância das orientações dos profissionais de saúde durante o processo da amamentação tanto para as nutrizes como para seus familiares, para poder desmistificar as crenças estabelecidas no contexto familiar. A maioria dos estudos referiu à introdução de certos alimentos e o conceito do “leite fraco” como empecilho no processo de amamentação e acaba prejudicando e ocorrendo desmame precoce.

Todas essas crenças conduzem a necessidade de ações educativas voltada ao aleitamento materno, e faz-se necessário que estejam integrados os familiares das nutrizes por eles exercerem grandes influências. Oportunizar as mães a expressarem seus sentimentos e encorajá-las ao processo de amamentação.

Assim, o reduzido número de publicações encontradas sugere maiores investimentos em pesquisas nessa área, com a finalidade de esclarecer o que realmente necessário para que ocorra o aumento da produção do leite materno. A enfermagem desempenha um papel fundamental na assistência tanto a mulher como a família em todo seu processo de lactação, concedendo ações educativas, na promoção do aleitamento exclusivo, na qual pode sofrer influências socioculturais onde as orientações de enfermagem podem esclarecer para que não ocorra o desmame precoce, contribuindo assim para o sucesso da amamentação.

REFERÊNCIAS

- ALGAVARES, T.R; JULIÃO, A.M.S; COSTA, H.M. **Aleitamento materno: Influencias de mito e crenças no desmame precoce.** Rev. Saúde em Foco. Teresina. V.2, N° 1, art.10. 2015.
- BAIÃO, M.R; DESLANDES. **Alimentação na gestação e puerpério.** Rev.Nutrição. 2006.
- BRASIL. Cartilha o Programa de alimento e Saúde. **Orientações nutricionais.** 2015
- BRASIL, Ministério da Educação. EBSEH. **Manual de rotinas do aleitamento materno.** 2019.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Alimentação e nutrição na rede cegonha.** Brasília 2013.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Mitos e Verdades.** 2017.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica. **SAÚDE DA CRIANÇA Aleitamento Materno e Alimentação Complementar.** 2 ed. Brasília, 2015.
- BRITO, R. S; OLIVEIRA, J. D.S; SANTOS, D. L. A; SILVA, A. B. **Aleitamento materno: conhecimento de avós adscritas à estratégia saúde da família.** Rev. enferm. UFSM, abr.-jun. 2015.
- CAMPO, L.A.D; RICCO,R.G; FERRAZ,S.I; DANELUZZI,J.C; JUNIOR, C.E.M. **Aleitamento materno e tabus alimentares.** Revista Paul Pediatr. 2008.
- CAMPOS, C.B.S; PALANCH, A.C. **Nutrição materna e programação fetal o papel dos hábitos alimentares no desenvolvimento embrionário e pós nata.** Saúde em Revista. 2015.
- CAPUCHO, L.B; FORECHE, L; LIMA,R.C.D; MASSARONI, L; PRIMO, C.C. **Fatores eu interferem na amamentação exclusiva.** Rev. Bras. Pesq. Saúde. Vitoria, 2017.
- CORDEIRO, E.L; SILVA,T.M; MONTE, I.C.A; ALBUQUERQUE, J.L. **Orientações nutricionais da puérpera diante da assistência do pre- natal no município de Jaboatão das Guararapes.** Revista de Trabalho Acadêmico Universo Recife. V2, N°1-1, 2015.
- CREMONESE, L; WILHELM, L.A; PRATES, L.A; POSSATI, A.B; SCARTON, J; RESSEL, L.B. **A decisão de amamentar durante a adolescência: um estudo na perspectiva cultural.** Rev Enferm UFSM 2016 Jul/Set.
- .DOMINGUEZ, C. C; KERBER, N. P. C; ROCKEMBACH, J. V; SUSIN, L. R.O; PINHEIRO, T.M; RODRIGUES, E. F. **Dificuldades no estabelecimento da amamentação: visão das enfermeiras atuantes nas unidades básicas de saúde.** Rev. enferm. UERJ. 2017.
- GUINE, R.P.F; GOMES, A.L. **A nutrição na lactação humana.** Millenium, 49 (jun/dez). Pp. 131-152. 2015.

LIMA, M.M.L; SILVA, T.K.R; TSUPAL, P.A; MELHEM, A.R.F; BRECAILO, M. K; SANTOS, E.F. **A influência de crenças e tabus alimentares na amamentação.** Mundo saúde . 2016.

LUCAS, F.D. **Aleitamento materno: posicionamento e pega adequada do recém-nascido.** Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Belo Horizonte, 2014.

MARQUEZ, S.E; COTTA, M.M.R; PRIORE.E.S. **Mitos e crenças sobre o aleitamento materno.** SCIELO. 2011.

MARTINS, F. D.P; LEAL, L. P; GUEDES, T. G; JAVORSKI, M; PONTES, C. M. **Promoção do aleitamento materno no ensino fundamental: revisão integrativa.** Rev. eletrônica enferm; 18: 1-13, 2016.

MENDES, K.D.S; SILVEIRA, R.C.C.P; GALVÃO, C.M. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** enferm. vol.17 no.4 Florianópolis Oct./Dec. 2008.

MIINAYO, M.C. **Pesquisa social. Teoria, método e criatividade.** Editora Vozes. Edição 14°. 2007.

OLIVEIRA, A. C; DIAS, Í. K. R; FIGUEREDO, F. E; OLIVEIRA, J. D; CRUZ, R. S. B. L. C; SAMPAIO, K.J.A.J. **Aleitamento materno exclusivo: causas da interrupção na percepção de mães adolescentes.** Rev. enferm. UFPE . abr. 2016.

PEÇA, Célia Maria Karpinski. **Análise e Interpretação de tabelas e gráficos estatísticos utilizando dados interdisciplinares.** Paraná, 2008.

PRATES, L.A; SCHMALFUSS, J.M; LIPINSKI, J.M. Rede de apoio social de puérperas na prática de amamentação. **Esc. Anna Nery** , Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 310-315, junho de 2015.

SANTOS, N.N; PEREIRA, A.M.M; OLIVERA,P.M.P. **Atuação do enfermeiro na orientação do aleitamento materno na Unidade Básica de Saúde.** Instituto de Ciências da Saúde, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, São Francisco do Conde, 2018.

SILVA, A.M; SANTOS, M.C.S; SILVA, S.R.M; FERREIRA, F.A; FRETAS, R.S.C; SANTOS, R.E.A; GOUVEIA, M.T. **ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: EMPECILHOS APRESENTADOS POR PRIMÍPARAS.** Rev enferm UFPE. Recife. Dezembro de 2018.