

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

JÉSSICA PALOMA BATISTA DA COSTA

**DIFICULDADES APRESENTADAS POR PRIMÍPARAS EM RELAÇÃO AO
ALEITAMENTO MATERNO:** revisão integrativa

JUAZEIRO DO NORTE- CE
2021

JÉSSICA PALOMA BATISTA DA COSTA

**DIFICULDADES APRESENTADAS POR PRIMÍPARAS EM RELAÇÃO AO
ALEITAMENTO MATERNO:** revisão integrativa

Trabalho de conclusão de Curso, monografia, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário DR. Leão Sampaio-UNILEÃO como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Esp. Nadja França Menezes da Costa

JÉSSICA PALOMA BATISTA DA COSTA

**DIFICULDADES APRESENTADAS POR PRIMÍPARAS EM RELAÇÃO AO
ALEITAMENTO MATERNO: revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso, Monografia
apresentado à Coordenação do Curso de
Graduação em Enfermagem do Centro
Universitário DR. Leão Sampaio-UNILEÃO
como requisito para obtenção do título de
Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Esp. Nadja França
Menezes da Costa

Data de aprovação: 17 / 06 / 2021

Banca Examinadora

Prof.^a. NADJA FRANÇA MENEZES DA COSTA
Orientadora

Prof.^a. ALLYA MABEL DIAS
Examinadora 1

Prof.^a. ALINE MORAIS VENANCIO DE ALENCAR
Examinadora 2

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por sempre estar presente em minha vida, na minha angústia foi a ele que clamei, e o senhor me respondeu. Ele foi meu ajudador para concluir esse trabalho. Dedico a Nossa Senhora de Fátima minha protetora. Dedico a minha família, em especial aos meus pais e a minha filha que me dão força, me inspiram e são meu motivo para persistir e nunca desistir.

Bendito seja o senhor, pois ouviu as minhas súplicas. O senhor é a minha força e o meu escudo; nele o meu coração confia, e dele recebo ajuda!

(Salmos 28: 6-7)

AGRADECIMENTOS

A Deus por sempre me abençoar, por ouvir as minhas súplicas, por me dar forças, coragem e por ser o meu escudo diante das dificuldades para alcançar os meus objetivos.

A minha filha Maria Valentina que é meu maior tesouro e meu grande amor. Agradeço a Deus pois ele foi generoso comigo ao me presentear com tão linda dádiva.

Agradeço imensamente aos meus pais, Paulo José e Maria Aparecida, que sempre estiveram presentes nesses 5 anos de graduação e pelos ensinamentos que conduziram meus passos até aqui, agradeço pelo incentivo para estudar e alcançar meus objetivos, mesmo diante das dificuldades, por cuidarem tão bem da minha pequena para que não parasse de estudar e para concluir minha graduação. Aos meus pais minha eterna gratidão!

Aos meus irmãos Maria Paula e José Anderson pelo apoio e companheirismo e cumplicidade em todos os momentos felizes e delicados da minha vida. Amo vocês!

As minhas colegas de curso, Maria Sarah, Maria Eliane e Maria Vitória e a enfermeira Roberlânia com quem convivi intensamente durante os anos de graduação. Agradeço pela troca de experiências e pelo companheirismo de todas, vocês foram essenciais na minha vida acadêmica, mas também como na minha futura vida profissional. Obrigada a todas vocês pela amizade!

Ao corpo docente de Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, que contribuíram com o seu conhecimento para minha formação acadêmica. A vocês minha gratidão!

Agradeço em especial a minha orientadora Prof.^a Nadja França Menezes da Costa, que conduziu este trabalho com paciência e dedicação, compartilhando comigo seu tempo e sua sabedoria. Sou eternamente grata pela confiança depositada no meu projeto e por todas as contribuições valiosas para este estudo. Obrigada por todos ensinamentos!

Agradeço aos membros da banca avaliadora Allya Mabel e Aline Venâncio por aceitarem fazer parte desse momento em minha vida. Obrigada por todas as considerações!

Enfim, agradeço a todos que tiveram participação para a realização desse sonho e que de alguma forma contribuíram para minha formação. Obrigada de coração!

RESUMO

O leite materno é o primeiro anticorpo que a mãe oferta para o desenvolvimento da criança, pois possui em sua composição todos os nutrientes necessários para a proteção contra patologias e infecções. O aleitamento materno é de fundamental importância para criança como para a mãe e para a sociedade, devendo ser sempre incentivado e protegido. Ele é influenciado pelas condições sociais, psíquicas e biológicas da mãe, por isso observa-se que muitas crianças são desmamadas precocemente devido às dificuldades que principalmente as primíparas que são mães que concebe pela primeira vez apresentam durante a prática da amamentação, pois amamentar é muito mais do que nutrir a criança, é um processo que deve envolver interação profunda entre mãe e filho. Entretanto muitas primíparas apresentam essas dificuldades por se tratar de um momento novo em suas vidas e que gera um grande leque de dúvidas e medos. O presente estudo objetivou descrever a partir da literatura científica as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno. Trata-se de uma revisão integrativa, cuja busca dos artigos foi realizada nas Bases de Dados em Enfermagem (BDENF), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDILINE), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências (LILACS), via Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), por meio do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS), e da utilização do operador Booleano AND: “aleitamento materno” AND “primíparas” AND “ amamentação” AND “dificuldades” AND “ vivências”. Foram angariadas 210 obras, sendo que, depois de indexados os critérios de inclusão: estudos disponíveis na íntegra, do tipo artigo científico, publicados entre os anos de 2016 a 2021, nos idiomas inglês, português e espanhol; e os critérios de exclusão: estudos duplicados, que não abordassem a temática e/ou que não respondiam à questão norteadora, teses ou monografias e artigos incompletos, por meio da leitura do título e resumo na íntegra; a amostra final foi composta por 08 artigos. Os resultados foram compostos por categorização: Dificuldades apresentadas por primíparas em relação ao aleitamento materno; vivências do processo de amamentação das primíparas. Esta revisão evidenciou as principais dificuldades encontradas foram: rachaduras, ingurgitamento mamário, dor, mamilo invertido, pega incorreta e posição correta para colocar o bebê na mama, resultando assim em sentimentos de medo e insegurança materna frente a prática da amamentação. Em relação as vivências do processo de amamentação das primíparas, esse momento é marcado por sentimentos ambíguos de incapacidade, medo, frustração e tristeza, sendo um processo dificultoso por conta da inexperiência com a técnica da amamentação. Em virtude dos fatos mencionados é necessário investir mais em estratégias de educação em saúde para os profissionais com o objetivo de otimizar a assistência durante o pré-natal, pré-parto e pós-parto Para prevenir, minimizar e até mesmo acabar com as dificuldades iniciais e posteriores da prática da amamentação e evitar o desmame precoce.

Palavras-Chaves: Amamentação. Primíparas. Dificuldades. Vivências

ABSTRACT

Breast milk is the first antibody that the mother offers for the child's development, because it has in its composition all the nutrients necessary for protection against pathologies and infections. Breastfeeding is of fundamental importance for the child, for the mother, and for society, and should always be encouraged and protected. It is influenced by the mother's social, psychological, and biological conditions; that is why it is observed that many children are weaned early due to the difficulties that mainly primiparous mothers who conceive for the first time have during breastfeeding, because breastfeeding is much more than feeding the child; it is a process that must involve deep interaction between mother and child. However, many primiparous have these difficulties because it is a new moment in their lives and it generates a wide range of doubts and fears. The present study aimed to describe from the scientific literature the difficulties that primiparous women have regarding breastfeeding. This is an integrative review, whose search for articles was carried out in the Nursing Database (BDENF), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Latin American and Caribbean Literature on Sciences (LILACS), via the Virtual Health Library (VHL), by crossing the Descriptors in Health Sciences (DECS), and using the Boolean operator AND: "breastfeeding" AND "primiparous" AND "breastfeeding" AND "difficulties" AND "experiences". After indexing the inclusion criteria: studies available in full, scientific article type, published between 2016 and 2021, in English, Portuguese, and Spanish; and the exclusion criteria: duplicate studies, which did not address the topic and/or did not answer the guiding question, theses or monographs, and incomplete articles, by reading the title and abstract in full, the final sample was composed of 8 articles. The results were composed by categorization: Difficulties presented by primiparas regarding breastfeeding; experiences of the breastfeeding process of primiparous. This review evidenced that the main difficulties found were: cracks, breast engorgement, pain, inverted nipple, incorrect grip and correct position to place the baby in the breast, thus resulting in feelings of fear and maternal insecurity regarding the practice of breastfeeding. Regarding the experiences of the primiparas' breastfeeding process, this moment is marked by ambiguous feelings of incapacity, fear, frustration and sadness, being a difficult process due to the inexperience with the breastfeeding technique. Due to the aforementioned facts, it is necessary to invest more in health education strategies for professionals in order to optimize the assistance during prenatal, prepartum, and postpartum periods. To prevent,

minimize, and even end the initial and subsequent difficulties of breastfeeding and to avoid early weaning.

Key-words: Breastfeeding. Primiparous. Difficulties. Experiences

LISTA DE QUADROS

Quadro 1- Elaboração da Pergunta Norteadora através da Estratégia PVO.....	16
Quadro 2- Estratégia de busca dos artigos por meio do cruzamento dos DeSC nas bases de dados.....	17
Quadro 3- Amarração Metodológica.....	20

LISTA DE FIGURAS

Figura 01- Anatomia das Mamas.....	09
Figura 02- Pega Correta da Mama.....	12
Figura 03- Pega Incorreta da Mama.....	12
Figura 04- Fluxograma da seleção dos estudos.....	18

LISTA DE ABREVIações E SIGLAS

AM	Aleitamento Materno
BDENF	Banco de Dados em Enfermagem
BVS	Biblioteca Virtual de Saúde
CONEP	Comissão Nacional de Ética em Pesquisa
DeSC	Descritores em Ciências da Saúde
Et al	Outros
IHAC	Iniciativa Hospital Amigo da Criança
LM	Leite Materno
LILACS	Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MEDLINE	Medical Literature Analysis and Retrieval System Online
OMS	Organização Mundial de Saúde
prof. ^a	Professora
RN	Recém-Nascido
UNICEF	Fundo da Nações Unidas para Infância

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 OBJETIVOS	7
2.1 OBJETIVO GERAL.....	7
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	8
3.1 ANATOMIA E FISIOLOGIA DAS MAMA.....	8
3.2 ALEITAMENTO MATERNO.....	9
3.3 TÉCNICA DE AMAMENTAÇÃO	10
3.4 BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO.....	13
3.5 INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DA CRIANÇA (IHAC).....	13
3.6 ALEITAMENTO MATERNNO E PRIMÍPARAS.....	14
4 METODOLOGIA.....	16
5 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	21
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS.....	23

1 INTRODUÇÃO

A organização Mundial da Saúde (OMS), desde o ano de 2002 através da Estratégia Global para alimentação de Lactentes e Crianças de primeira infância dispôs que todas as crianças devem ser amamentadas exclusivamente até os seis meses de idade e continuem sendo amamentadas até os dois anos de idade ou mais, pois o leite materno possui inúmeros benefícios para a saúde das crianças em todas as etapas da vida (SILVA et al.,2017).

O leite materno é o primeiro anticorpo que a mãe oferta para o desenvolvimento da criança, pois possui em sua composição todos os nutrientes necessários para a proteção contra patologias e infecções. Ele também é o alimento mais adequado para as crianças até os seis meses de vida por ser rico em vitaminas, carboidratos, proteínas, gorduras, sais minerais e água, nutrientes estes que são essenciais para o crescimento e desenvolvimento infantil. Já para a mãe o aleitamento materno proporciona proteção contra os tipos de câncer de mama e ovário, e também ajuda na involução uterina, além de outros vários benefícios (BRASIL,2015).

O aleitamento materno é de fundamental importância para a criança como para a mãe e para a sociedade, devendo ser sempre incentivado e protegido. Ele é influenciado pelas condições sociais, psíquicas e biológicas da mãe, por isso observa-se que muitas crianças são desmamadas precocemente devido às dificuldades que principalmente as primíparas apresentam durante o período de amamentação, pois amamentar é muito mais do que nutrir a criança, é um processo que deve envolver interação profunda entre mãe e filho. (BRASIL,2015).

Para Santos, (2018) sabe-se que existem vários fatores que dificultam o AM, e que se tornam ainda mais complexos quando se consideram as mães primíparas, que são mulheres que concebe pela primeira vez, elas possuem pouca experiência e acabam vivenciando uma situação de conflito onde pode-se está feliz por dar à luz a uma vida, ou ao mesmo tempo elas podem sentir ansiedade e insegurança tanto pessoal ou por influência da observação de outras mães amamentando.

As mães primíparas, na gravidez, no parto ou no puerpério, podem manifestar comportamentos e sentimentos que acabam culminando no aparecimento de crises tanto na vida pessoal como na vida familiar, o que podem interferir na prática do aleitamento. Desse modo algumas precisam de apoio, incentivo e até mesmo de orientação, pois geralmente essas primíparas se sentem inseguras diante de um novo desafio de nutrir uma criança e acabam apresentando sentimentos ambivalentes que associam dificuldade e medo (SANTOS,2018).

Diante do exposto, para alicerçar esta pesquisa, emergiu a seguinte pergunta norteadora: Quais as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno?

Em virtude dos fatos mencionados acima a escolha por esse tema é justificada pela a importância de identificar as dificuldades que as mães primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno, visto que o interesse por esse tema surgiu durante um estágio da grade curricular obrigatório do curso de graduação em Enfermagem, a partir de observância e questionamentos de puérperas primíparas em relação aos problemas enfrentados com a prática da amamentação, onde constatei que é de suma importância que cada vez mais mães, especialmente as primíparas estejam cientes da importância do aleitamento materno como uma forma de promover saúde tanto para a criança como para a mãe, e que elas identifiquem suas dificuldades, medos, dores e busquem ajuda dos profissionais de saúde para solucionar os problemas enfrentados com relação ao aleitamento materno.

A relevância do estudo está relacionada à importância de identificar as dificuldades das primíparas com a prática da amamentação, onde a identificação dessas dificuldades pode auxiliar na prestação da assistência a essas mulheres, minimizando ao máximo as chances de elas desistirem da amamentação. Neste sentido, este estudo contribuirá para aumentar o conhecimento na área relacionada às dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao processo de amamentação e para promoção e preservação do aleitamento materno.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Descrever a partir da literatura científica as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar as principais dificuldades e empecilhos enfrentados pelas primíparas relacionadas a amamentação;
- Conhecer as vivências do processo de amamentação das primíparas;

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 ANATOMIA E FISIOLOGIA DAS MAMA

Para que se possa entender como ocorre a lactação é necessário conhecer a anatomia e a fisiologia mamária, bem como o processo pelo qual ocorre o processo de ejeção do leite. As glândulas mamárias estão presentes tanto nas mulheres como nos homens, entretanto na mulher estão presentes os ductos lactíferos principais, dispostos entre os lobos de gordura do tecido subcutâneo da região peitoral. Ela é uma glândula sudorípara modificada e possui em sua composição glândulas, gorduras, elementos fibrosos e uma rede vascular (BRASIL,2015).

A glândula também chamada de parênquima, é constituída por ductos e lobos, por gordura que envolve toda a mama e é dividida em camada adiposa anterior e posterior, os elementos fibrosos promovem a sustentação da mama, dessa forma eles circundam e atravessam a glândula. A mama localiza-se sobre o músculo grande peitoral, na parede anterior do tórax, com os seguintes limites: lateral- linha axilar anterior; medial- bordo do esterno; superior- segundo arco costal, próximo à clavícula e inferior- sexto arco costal, sua forma varia de acordo com as características de cada mulher. Possui uma face superficial revestida de pele e no centro encontra-se o mamilo, rodeado pela aréola que é uma zona hiperpigmentada, e possui um tamanho que varia de 3 a 5 cm na mulher adulta (BRASIL, 2008).

Quanto a fisiologia os hormônios estrógeno e progesterona preparam a mama durante a gestação, onde o estrógeno é responsável pela estimulação do desenvolvimento dos ductos mamários, tanto o mamilo quanto a aréola se tornam mais enervados. Na aréola, há glândulas sudoríparas e sebáceas entre elas as de Montgomerytem que tem como função proteger a pele do mamilo e da aréola durante a lactação, e ofertar o cheiro que atrai o bebê a mama da mãe, desse modo cada mulher possui em média nove glândulas alveolares (GIUGLIANI,2012).

A ejeção do leite mamário ocorre devido a mama ser composta de: mamilo e aréola e por um tecido mamário que é formado por alvéolos, por onde o leite é secretado para os ductos lactíferos que são responsáveis por conduzir o leite materno ao exterior, para dar suporte nesse transporte do leite é necessário a participação do tecido conjuntivo e adiposo, vasos sanguíneos e linfáticos e nervos. A mama possui em sua composição de 15 a 20 lobos mamários, cada lobo é formado por 20 a 40 lóbulos e cada um possui de 10 a 100 alvéolos, e uma unidade secretora que é formada por uma única camada de células epiteliais. Todas essas estruturas estão localizadas predominantemente na região súperolateral da glândula (GIUGLIANI,2012). Conforme observado na figura 01.

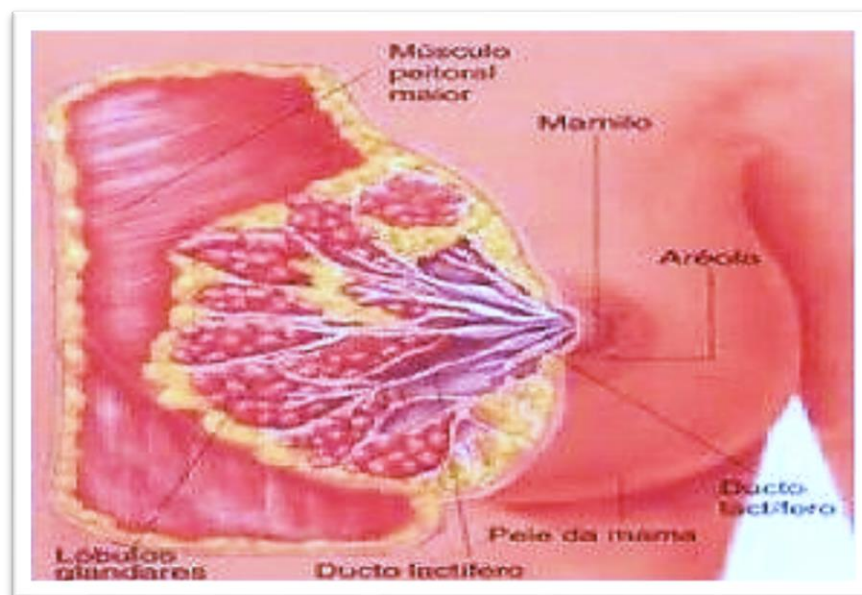


Figura 01: Anatomia das Mamas

Fonte: Paccini, 2000.

Para que ocorra a ejeção do leite ele deve ser impulsionado para os ductos através do movimento de contração das células mioepiteliais que recobrem os alvéolos. Assim o leite fica armazenado tanto nos alvéolos como nos ductos mamários, após esse processo eles se dilatam para formar os seios lactíferos, que são desencadeados durante as mamadas, pois é o momento que o reflexo de ejeção do leite está ativo, desse modo os ductos que estão dispostos sobre a auréola se enchem de leite e se dilatam para secretar o leite. Esse processo ocorre devido o estrogênio e a progesterona induzirem o crescimento alveolar e ductal durante a gestação, estimulando assim a liberação do colostro. Desse modo os níveis de hormônios placentários caem o que permite que a prolactina como a exercer o seu trabalho de liberação de leite. Dessa forma a produção continuada da prolactina é estimulada pela amamentação do bebê, e sua concentrações são elevadas em um nível maior após as mamadas durante o período noturno (FRASER et al., 2010).

3.2 ALEITAMENTO MATERNO

Estudos científicos demonstram que o aleitamento materno é um processo biológico, pelos benefícios que oferta tanto para o bebê, como para a mãe, para a família, e para a sociedade, além de ser uma estratégia natural de vínculo, afeto, proteção, e nutrição para os

recém-nascidos (PINTO et al., 2008). Segundo a Organização Mundial de Saúde o AM pode ser subdividido em:

- Aleitamento Materno Exclusivo: Quando a criança recebe somente o leite materno, direto da mama ou ordenhado, sem receber qualquer outro tipo de alimentos nas formas líquidos ou sólidos, com exceção de medicamentos, xaropes, vitaminas, sais de reidratação oral e suplementos minerais.

- Aleitamento Materno Predominante: aquele que a criança recebe o leite materno, água mineral e adocicada, chás, infusões e sucos de frutas.

- Aleitamento Materno Complementado: quando além do leite materno a criança recebe alimentos sólidos ou semissólidos com a finalidade de complementar sua alimentação e não de substituir o AM.

- Aleitamento Materno Misto ou Parcial: quando a criança recebe tanto o leite materno quanto outros tipos de leite (BRASIL, 2009).

O aleitamento materno é a alimentação natural do bebê nos primeiros meses de vida, é de suma importância para o desenvolvimento e crescimento saudável do bebê por possuir em sua composição nutrientes e por ser um alimento completo e suficiente, desse modo o AM é o componente mais importante da alimentação infantil por ser capaz de nutrir adequadamente as crianças em seus primeiros seis meses de vida. O leite humano é um alimento de fácil digestão e completamente assimilado pelo organismo infantil, além de ofertar proteção à criança de várias doenças por possuir em sua composição mecanismos de defesa. O LM é um simbiótico, ou seja, uma fonte natural de lactobacilos, bífido bactérias e oligossacarídeos, e não existe nenhum outro alimento capaz de oferecer todas as características imunológicas que o leite humano possui. Desse modo é através do leite materno que a mãe fornece ao seu filho todos os componentes protetores, e tudo isso acontece quando o sistema de defesa da criança vai amadurecendo (FIOCRUZ, 2005).

3.3 TÉCNICA DE AMAMENTAÇÃO

No processo de amamentação a forma como o bebê faz a pega para amamentar pode contribuir no processo de amamentação, tanto para ele próprio como para a mamãe, visto que uma boa e adequada sucção do leite por parte da criança lhe proporciona uma satisfação alimentar, já para as mães a pega ajustada previne mastite, dores, fissuras e o bloqueio dos canais de leite (BRASIL, 2015).

A amamentação é um processo complexo, por isso muitas vezes não é tão fácil como parece, sobretudo para as primíparas que irão amamentar pela primeira vez, desse modo é importante salientar que a pega incorreta poderá machucar, causar dores e desconforto para a mãe, o que pode ocasionar problemas na amamentação e favorecer o desmame precoce do recém-nascido. Contudo é muito importante que as mães que desejam amamentar estejam atentas ao emprego correto da técnica de amamentação que tem como base o posicionamento, pega e sucção efetiva (LOPES, 2016).

De acordo com o Manual de Aleitamento Materno da FEBRASGO (2015), o posicionamento é uma escolha da mãe e do recém-nascido, a mãe pode ficar sentada, deitada ou em pé, e o bebê pode permanecer deitado ou em posição invertida entre o braço e o lado do corpo da mãe. O fundamental é que ambos estejam confortáveis e relaxados.

Entretanto existem quatro sinais indicativos da posição correta do bebê na hora da amamentação que são:

- O corpo e cabeça do bebê devem estar alinhado, de modo que ele não necessite virar a cabeça para pegar a mama;
- O corpo do bebê deve estar encostado ao da mãe, abdômen sobre abdômen;
- O queixo do bebê deve tocar a mama da mãe;
- O bebê deve ser apoiado pelo braço da mãe, que deve envolver a cabeça, o pescoço e a parte superior do seu tronco. Nos casos de crianças muito pequenas a mãe deve apoiar também suas nádegas com a mão para maior segurança e conforto de ambos.

O RN precisa aprender a retirar o leite do peito de forma competente, através da sucção, que é um ato de reflexo próprio, para isso a pega deve ser correta, a criança deve abocanhar não só o mamilo, mais principalmente toda ou maior parte da auréola. Esta pega correta proporciona a formação de um grande e longo bico que toca o palato, iniciando assim o processo de sucção. Desse modo os ductos lactíferos terminais, situados embaixo da auréola são pressionados pela língua contra o palato, iniciando assim a saída do leite. Caso a pega seja incorreta, ou seja, só no mamilo, pode haver erosão e/ou fissura mamilar por fricção continuada, logo a criança pode ficar inquieta, largar o peito, chorar ou se recusar a mamar, pois sem a pressão necessária para estimulação dos ductos lactíferos contra o palato, não há saída de leite adequada para alimentação total da criança, o que pode levar muitas primíparas a acreditar que tem “pouco leite”, sentir dor durante a amamentação, podendo então desencadear o processo de desmame precoce devido todas essas dificuldades relacionadas a amamentação (FROTA et al, 2010).

A sucção efetiva ocorre quando a criança abocanha toda a aréola ou maior parte dela juntamente com o mamilo, e não apenas o mamilo, assim para que ela seja efetiva é necessário que: a boca do bebê esteja bem aberta para abocanhar toda ou quase toda auréola, o lábio inferior deve estar voltado para fora para cobrir quase toda a porção inferior da auréola, enquanto a parte superior da auréola deve ser visualizada, a língua deve permanecer acoplada em torno da mama, as bochechas devem estar com aparência arredondadas, e a criança deve estar tranquila com sucção lenta, profunda e ritmada e com períodos de atividade e pausa (BRASIL, 2009). Conforme as figuras 02 e 03.

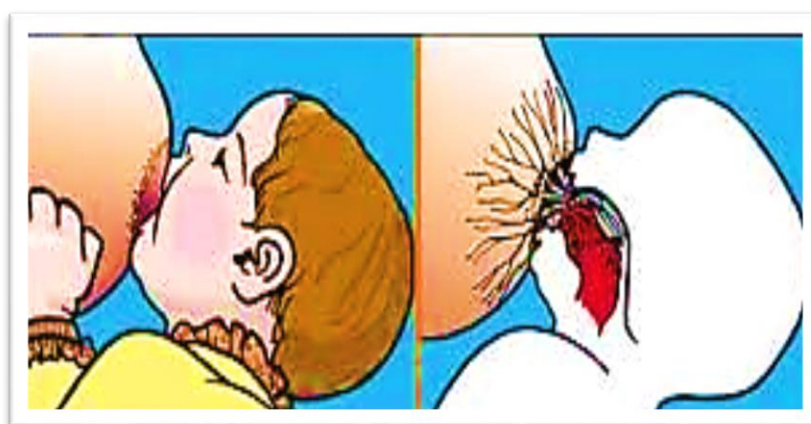


Figura 02: Pega Correta da Mama

Fonte: Brasil, 2009.

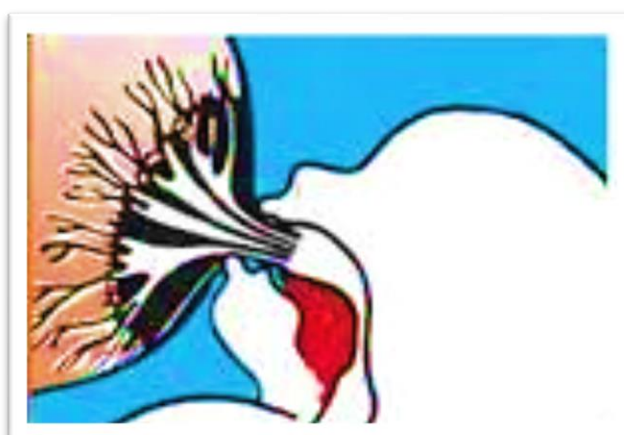


Figura 03: Pega Incorreta da Mama

Fonte: Brasil, 2009.

3.4 BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO

Já está devidamente comprovado, por estudos científicos que o leite materno possui vários benefícios, visto que AM é a primeira prática alimentar a ser recomendada para a promoção da saúde e adequado desenvolvimento infantil (BRASIL, 2014).

O Aleitamento Materno oferece benefícios para a criança, para a mãe, para a família e sociedade. Para a criança o leite materno é o necessário até os seis meses de vida, pois contém todos os nutrientes necessários para o seu desenvolvimento e crescimento, protege a criança contra doenças infecciosas funcionando assim como uma verdadeira vacina, favorece um contato entre mãe e filho, além de ser um excelente exercício pois o movimento de sugar auxilia no desenvolvimento da face da criança.

Para a mãe ajuda a reduzir o peso corporal adquirido na gestação mais rápido, logo após o parto, ajuda o útero a recuperar sua anatomia normal, diminuindo assim o risco de hemorragia e anemia. Reduz o risco de a mãe desenvolver câncer de mama e de ovários e também atua como contraceptivo natural nos primeiros seis meses de vida da criança, desde que ele seja amamentado exclusivamente com o leite materno em livre demanda. Para a família e sociedade o aleitamento materno diminui o número de internações hospitalares e seus custos, proporcionando economia e praticidade a família e a sociedade porque amamentar é gratuito (BRASIL, 2009;2014).

3.5 INICIATIVA HOSPITAL AMIGO DA CRIANÇA (IHAC)

A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Fundo das Nações Unidas para Infância (UNICEF), com o objetivo de aumentar as taxas de aleitamento materno criaram a iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC). Em 1990, sendo implantada no Brasil em 1992 (BRASIL, 2017). Mas para que os hospitais se credenciem a essa iniciativa é necessário que cumpram os “Dez passos para o Sucesso do Aleitamento Materno”, que são:

1. Ter uma norma escrita sobre aleitamento materno, que deve ser rotineiramente transmitida a toda equipe do serviço.
2. Treinar toda equipe, capacitando-a para implementar essa norma.
3. Informar todas as gestantes atendidas sobre as vantagens e o manejo da amamentação.
4. Ajudar a mãe a iniciar a amamentação na primeira meia hora após o parto.

5. Mostrar as mães como amamentar e como a lactação, mesmo se vierem a ser separadas de seus filhos.
6. Não dar a recém-nascido nenhum outro alimento ou bebida além do leite materno, a não ser que tenha indicação clínica.
7. Praticar o alojamento conjunto – permitir que mães e bebês permaneçam juntos 24 horas por dia.
8. Encorajar a amamentação sob livre demanda.
9. Não dar bicos artificiais ou chupetas a crianças amamentadas.
10. Encorajar o estabelecimento de grupos de apoio à amamentação, para onde as mães devem ser encaminhadas por ocasião da alta hospitalar.

(UNICEF,1989).

3. 6 ALEITAMENTO MATERNO E PRIMÍPARAS

O sucesso do aleitamento materno, depende de vários fatores que podem influenciar essa prática positivamente ou negativamente, o leite materno deve ser introduzido desde o nascimento da criança, pois é fundamental para a promoção e proteção da mesma (DIOGO, et al, 2011).

Contudo a gestação pode trazer para as primíparas que são mães que estão em sua primeira gestação, ou que já pariram pela primeira vez sentimentos conflituosos que podem ampliar sua vulnerabilidade emocional, tanto na gestação como em todo o processo de amamentação, esses sentimentos podem resultar no aparecimento de crises na vida pessoal e familiar e interferir na prática do aleitamento. Sabe-se que as primíparas estão cientes da importância de amamentar pois recebem orientações nas consultas de pré-natal, mais muitas das vezes devido à falta de conhecimentos e do não uso das práticas passadas nessas consultas muitas acabam desmamando precocemente o bebê, devido as dificuldades enfrentadas nos primeiros dias pós-parto, ou não conseguem manter a amamentação devido problemas específicos da prática do aleitamento materno (ANTUNES, 2008).

Dessa forma a prática do AM é um conjunto complexo de ações vivenciadas pela mulher que amamenta, e deve envolver habilidades e conhecimentos das mulheres sobre a prática da amamentação, no entanto as mães primíparas promovem suas percepções sobre os sentimentos provocados pelas experiências do ato de amamentar confrontando com suas expectativas, pois se trata de um momento novo em suas vidas (BARROS et al.,2009).

Por se tratar de um momento novo na vida das primíparas o estado emocional das mesmas pode-se apresentar de forma negativa em muitas primíparas, o que pode acarretar

efeitos adrenérgicos, que pode levar a diminuição do reflexo de excreção de leite, não suprimindo as necessidades nutricionais diárias que a criança precisa, isso acaba gerando um sentimento de impotência para a mãe, por presenciar outras mães amamentando e ela enfrentando várias dificuldades para conseguir suprir as necessidades nutricionais de seu filho (MORAES et al., 2014).

4 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), a revisão integrativa é um método que permite a inclusão de estudos tanto experimentais e não-experimentais, permitindo assim uma compreensão do fenômeno em estudo, por incluir uma análise de dados que possibilita a síntese de conhecimento de um determinado estudo.

Para Mendes; Silveira; Galvão (2008), para elaboração de revisão integrativa é necessário seguir 6 etapas: primeira etapa: identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para elaboração da revisão integrativa; segunda etapa: estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/ amostragem ou busca da literatura; terceira etapa: definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/ categorização dos estudos; quarta etapa: avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; quinta etapa: interpretação dos resultados; sexta etapa: apresentação da revisão/ síntese do conhecimento.

Na primeira etapa do estudo foi realizada a identificação do tema através da questão norteadora, embasado na estratégia (PVO), onde P (population) que corresponde as primíparas que apresentaram dificuldades com a prática da amamentação, V (variable), se refere as dificuldades e empecilhos apresentados por primíparas em relação ao aleitamento materno, e por fim O (outcome) que consiste no resultado. A estratégia (PVO) está expresso no quadro1.

Quadro 1. Elaboração da pergunta norteadora através da estratégia PVO. Juazeiro do Norte-Ceará, Brasil.2021.

Itens da Estratégia	componentes	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)
Population	Primíparas que apresentaram dificuldades com a prática da amamentação	Amamentação e primíparas
Variables	Dificuldades e empecilhos apresentadas por primíparas em relação ao aleitamento materno	Dificuldades na amamentação
Variables	Vivências das primíparas com a prática da amamentação	Primíparas e amamentação
Outcomes	Identificação das dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno	Dificuldades na amamentação

Fonte: Pesquisa direta, 2021.

Posteriormente a utilização da PVO, formulou-se as seguintes questões norteadoras para direcionar o presente estudo: Quais as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno? Quais as vivências do processo de amamentação das primíparas?

Na segunda etapa foi realizada a busca dos artigos nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Base de Dados em Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) via Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), por meio do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), e da utilização do operador booleano AND: “aleitamento materno” AND “primíparas” AND “dificuldades ”AND “ amamentação ”AND “vivências”, conforme expresso no quadro 2.

Ressalta-se que a busca dos artigos foi realizada pela pesquisadora, entre os meses de fevereiro e março de 2021.

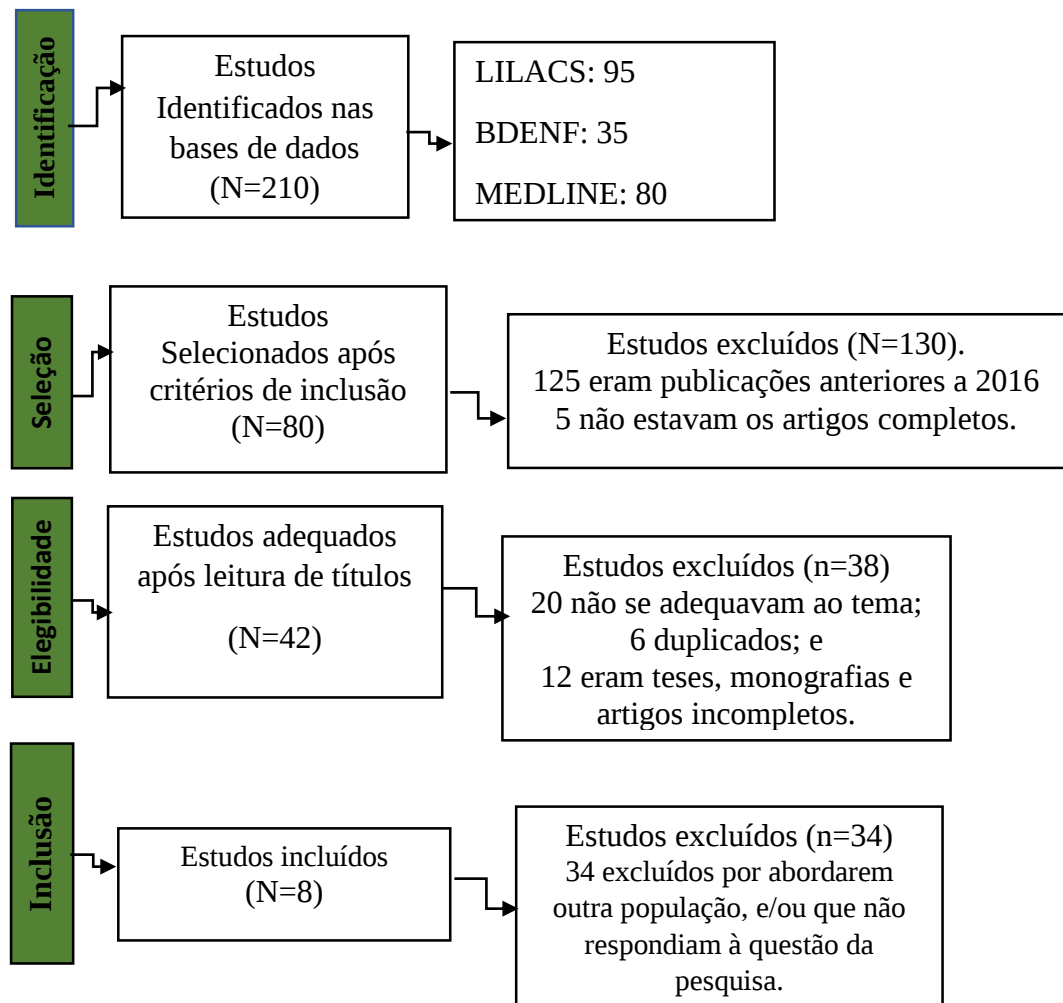
Quadro 2. Estratégia de busca dos artigos por meio do cruzamento dos DeSC nas bases de dados. Juazeiro do Norte- Ceará, Brasil.2021

DESCRITORES	BASES DE DADOS		
	MEDLINE	LILACS	BDENF
Aleitamento Materno; AND; Amamentação	33	38	16
Aleitamento Materno; AND; Primíparas; AND; Dificuldades	28	24	11
Primíparas; AND; Amamentação; AND; vivências	19	33	8
TOTAL	80	95	35

Fonte: Pesquisa direta, 2021.

Para a busca e seleção das publicações, foram utilizados como critérios de inclusão: estudos disponíveis na íntegra, do tipo artigos científicos, publicados entre os anos de 2016 a 2021. À proporção que foram excluídos da amostragem, estudos duplicados nas bases de dados, que não abordassem a temática e/ou que não respondiam à questão norteadora do estudo, teses ou monografias e artigos incompletos, por meio da leitura do título e resumo na íntegra conforme exemplificado na figura 4.

Figura 4. Fluxograma da seleção dos estudos de acordo com o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Juazeiro do Norte- Ceará, Brasil.2021



Subsequente a busca e seleção dos artigos nas bases de dados, foi realizada a identificação e análise dos estudos, conforme ilustrado na figura 4, a partir da qual foi obtida uma amostra inicial de 210 artigos, sendo que após indexados os critérios de inclusão 130 obras foram excluídas, restando 80. Através dos critérios da elegibilidade 38 estudos foram excluídos, 20 não se adequavam ao tema, desses 6 eram duplicados e 12 eram artigos de revisão e/ou teses, monografias e artigos incompletos.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 08 artigos para composição da amostra final.

Na terceira etapa foram definidas as informações extraídas dos estudos. Os artigos selecionados foram salvos em PDF e lidos integralmente pela pesquisadora, com o objetivo de

facilitar a leitura e compreensão. Os resultados foram agrupados em categorização de acordo com o título, autor /ano, revista /periódico e principais resultados do estudo.

Na quarta etapa foi realizada a análise de forma crítica dos artigos incluídos na revisão integrativa, procurando identificar aspectos relevantes que se repetiam ou se destacavam.

Na quinta etapa foi realizada a interpretação dos resultados através da leitura aprofundada dos artigos. Esses dados foram interpretados a partir da discussão das dificuldades apresentadas por primíparas em relação ao aleitamento materno.

Na sexta e última etapa foi realizada a apresentação da revisão e a síntese do conhecimento.

Ressalta-se que a pesquisa segue os parâmetros éticos e legais da resolução 510, 07 de abril de 2016, da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), que lida da normatização das pesquisas de caráter público, resguardando o sigilo em relação às informações (BRASIL,2016).

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a análise dos estudos encontrados nas bases de dados, a amostra final deste estudo foi composta por 08 artigos. O quadro 3 apresenta as características gerais dos estudos selecionados, incluindo: título do artigo, autores/ano, revista/periódico, objetivo, e os principais resultados.

Quadro 3. Amarração metodológica. Juazeiro do Norte- Ceará, Brasil. 2021.

Título do artigo	Autores/ ano	Revista/ periódicos	objetivo	Principais resultados
Aleitamento materno exclusivo: empecilhos apresentados por primíparas	Silva et al; 2018	Revista de Enfermagem UFPE online ISSN:1981-8963 Recife, 12 (12): 3205-11, dez.,2018	Identificar os empecilhos apresentados pelas primíparas das unidades básicas de saúde, em relação à amamentação exclusiva dos filhos nos primeiros 6 meses de vida.	O estudo demonstrou no que se refere a orientação 63% das primíparas receberam orientações corretas sobre a prática da amamentação, e 37% relataram orientação inadequada, com isso apresentaram dificuldades durante a amamentação, sendo a posição correta para se colocar o bebê no peito a principal, seguida de problemas nas mamas como: mamas endurecidas, rachaduras e mamilo invertido. Outras relataram que o bebê ficava muito agitado e que tinham problemas para identificar a fome do mesmo. Denota-se ainda que há uma parcela significativa de primíparas que possuem algum tipo de mito ou crença sobre a amamentação com relação ao leite ser considerado fraco e a sua produção não ser suficiente para amamentar a criança..

Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas.	Barbosa et al; 2017	Revista Paul Pediatr. 2017; 35 (3): 265-272	Identificar a prevalência de condições indicativas de dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e verificar os fatores associados com a presença de problemas de mama em puérperas em maternidades de hospitais amigo da criança	Com base nas informações coletadas da amostra do estudo 53,9% da população eram primíparas. Classicamente as dificuldades e os empecilhos iniciais com a técnica da amamentação mais prevalente foram: o ingurgitamento mamário e as lesões mamárias que são atribuídas à inadequação da posição para amamentar e/ou á pega do bebê ao seio. No hospital universitário de São Paulo local da pesquisa foi possível presenciar as crianças com pescoço torcido, queixo longe da mama e lábio inferior virado para dentro, motivos esses que ocasionam os empecilhos e as dificuldades na amamentação.
Qualidade assistencial em aleitamento materno: implantação do indicador de trauma mamilar	Cirico et al; 2016	Revista Gaúcha de Enfermagem 2016, dez; 37 (4): e 60546	Avaliar a adequação do instrumento indicador de trauma mamilar, implantado no alojamento conjunto de um hospital universitário, como indicador de qualidade assistencial.	O estudo traz uma amostra de paridade, onde 60,2% eram primíparas. Enfatiza que o índice de trauma mamilar variou de 52 a 59% em primíparas, sendo a principal causa do trauma mamilar a pega inadequada do RN a mama. Ainda relataram que a sucção frequente e forte do RN e o uso de bomba de ordenha causava danos na amamentação. Contudo por se tratar de um hospital amigo da criança elas tinham alta motivação para praticar a

				amamentação e acesso à educação em saúde para promoção do aleitamento materno e prevenção dos danos prejudiciais que podem causar o desmame precoce.
Principais causas do desmame precoce em uma estratégia de saúde da família	Alencar et al; 2017	Revista interdisciplinar saúde meio ambiente V.6 N.2 P.65-76 ISSN: 2316-347X	.Identificar as principais causas do desmame precoce em menores de um ano em uma estratégia de saúde da família	Este estudo revela que a maior parte das nutrizes eram primíparas, que não tinham experiência prévia em amamentar, e que não trabalhavam fora. 17 primíparas comporão a pesquisa elas relataram que o que influenciou o desmame precoce foram as dificuldades apresentadas no processo da amamentação foram os traumas mamilares: rachaduras, mama empedrada, ferimentos e dor. Motivos que causaram a desistência da amamentação.
Partejar de primíparas: reflexos na amamentação	Castro et al; 2019	Revista Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro.2019; 27; e 43354	Avaliar a partir da experiência de primíparas, a relação entre a assistência recebida durante o parto normal e o pós-parto imediato e seus reflexos na amamentação	O estudo obteve a inclusão de 17 primíparas, onde 9 primíparas conseguiram amamentar no pós-parto imediato, e 8 apresentaram dificuldades para amamentar imediatamente e posteriormente. As principais dificuldades relatadas foram: pega incorreta e carência de orientação pela equipe de saúde. desse modo o estudo enfatiza que as primíparas apresentam essas dificuldades por não terem precedentes em relação a

				amamentação, onde se faz necessária maior suporte e orientação.
A amamentação na voz de puérperas primíparas	Bortoli et al; 2019	Revista Enferm. Foco 2019; 10 (3): 99-104	Conhecer as vivências acerca do processo de amamentação por mulheres primíparas durante o puerpério.	Os resultados do estudo apontam que a vivência do processo de amamentação das primíparas é marcado por sentimentos ambíguos, sendo um momento difícil por conta da inexperiência com a técnica da amamentação e pelo fato de estar expondo o tecido mamilo-areolar á sucção pela primeira vez. Afloram ainda que esses traumas mamilares ocorrem no primeiro dia pós-parto ou nos primeiros contatos com a amamentação. Contudo o estudo permite observar que o processo de amamentação se faz pouco esclarecido em alguns lugares, especialmente em razão das inúmeras opiniões que elas recebem de terceiros (profissionais, amigos e familiares), levando as mães em destaque as primíparas a utilizarem diversos métodos até que o problema seja solucionado. Algumas relatam que o bebê fica excessivamente agitado e incomodam porque o manejo torna-se difícil, e outras relatam que o ambiente interfere no momento da amamentação e, que a prática do aleitamento ocupa muito tempo

				dificultando o serviço de casa.
A prática do aleitamento materno na percepção de mulheres primigestas	Costa et al; 2019	Revista vivências v.15 .29 P.289-310	Identificar as percepções de mulheres primigestas sobre a prática do aleitamento materno	Neste estudo as participantes eram primigestas que se tornaram primíparas após o parto, muitas delas relataram saber todas as informações necessárias para ter uma boa prática com a amamentação, relatando que o colostro é o primeiro leite produzido pela mãe e que o leite materno tem muitas vantagens em relação aos outros leites, pois possuem anticorpos e vitaminas. Porém quando questionadas sobre as dificuldades com a prática do aleitamento materno destacaram as seguintes intercorrências: fissuras mamilares e ingurgitamento mamário. Sobre as vivências da amamentação relataram que: a dor e o sofrimento acabam provocando alterações negativas no estado emocional da mãe, acarretando em efeitos adrenérgicos levando à diminuição do reflexo de excreção, não suprimindo as necessidades nutricionais que a criança precisa levando a um sentimento de impotência da mãe. Ainda relatam que a dor na hora da amamentação interfere no reflexo de ejeção de

				leite e como consequência a criança não consegue mamar, levando as mães a terem um sentimento de angústia e incapacidade que leva à uma prática do AM mal sucedida e à interrupção precoce.
Avaliação do conhecimento sobre aleitamento materno de primíparas atendidas em uma maternidade de Teresina, Piauí.	Garcez et al; 2020	Revista eletrônica acervo saúde/eletronic journal collection Health REAS/EJCH vol. 12 (11) e 4640 ISSN: 2178-2091	Investigar o conhecimento sobre o aleitamento materno de primíparas atendidas em uma maternidade de Teresina, PI.	O estudo enfatiza a participação de 36 primíparas, onde 47,22% relataram que tiveram informações sobre amamentação e 52,78% falaram que não. Entretanto relataram que o aleitamento materno é importante tanto para as mães como para os bebês, porque o leite materno é rico em nutrientes e vitaminas que são essenciais para o desenvolvimento da criança. Contudo a maioria das participantes relatam que apesar das dificuldades e os desafios como: a dor, ingurgitamento mamário, fissuras e pega incorreta, o momento da amamentação proporciona sentimentos de satisfação e realizações, fortalecendo o vínculo entre mãe e filho. Apesar de ser um processo muitas vezes doloroso e difícil.

A análise desse estudo foi realizada conforme os resultados encontrados nos artigos que compuseram esta pesquisa, e os resultados obtidos foram agrupados em 2 categorias.

Dificuldades apresentadas por primíparas em relação ao aleitamento materno; vivências do processo de amamentação das primíparas.

5.1 DIFICULDADES APRESENTADAS POR PRIMÍPARAS EM RELAÇÃO AO ALEITAMENTO MATERNO

Esta categoria busca demonstrar as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao AM, sendo imprescindível identificar essas dificuldades para promover uma assistência de qualidade e evitar o desmame precoce.

Diante do exposto, percebe-se que muitas primíparas apresentam dificuldades no processo da amamentação, sendo as mais frequentes as fissuras mamárias, dor, pega incorreta, posição inadequada e falta de orientação. Desse modo essas dificuldades acabam gerando sentimento de insegurança, ansiedade e incapacidade no momento da amamentação, pois elas não conseguem nutrir plenamente seu bebê devido muitas vezes se tratar de um processo doloroso e dificultoso e que ocasiona mudanças físicas, psíquicas e emocionais na vida das primíparas.

Para Silva et al (2018), as primíparas apresentaram como principais dificuldades da amamentação a posição correta para colocar o bebê no peito, seguida de problemas mamários como: mamas endurecidas, rachaduras e mamilo invertido. Ainda foi possível denotar que muitas primíparas ainda possuem algum tipo de mito ou crença sobre a amamentação com relação ao leite ser considerado fraco e a sua produção não ser suficiente para amamentar a criança. O estudo ainda enfatiza que a percepção é o reflexo da insegurança materna quanto a sua capacidade de nutrir plenamente o seu bebê. Onde muitas vezes o choro e as mamadas frequentes são interpretadas como sinais de fome.

De acordo com Barbosa et al (2017), as principais dificuldades e empecilhos apresentados durante a amamentação por primíparas foram: ingurgitamento mamário e as lesões mamárias atribuídas à inadequada posição para amamentar e/ou pega incorreta do bebê a mama. Foi possível presenciar na coleta de dados do estudo, RN com pescoço torcido, queixo longe da mama e lábio inferior virado para dentro dificultando a amamentação. Contudo o estudo destaca que o sucesso da amamentação depende também do apoio e do ambiente que cerca a primípara, em grande parte, da qualidade da assistência que ela recebe nos momentos de dificuldades que acontecem nesse período.

O estudo de Cirico et al (2016), ressalta que 60,2% da amostra do estudo eram primíparas que apresentaram traumas mamilares durante o processo de amamentação sendo os mais evidenciados: pega inadequada do RN a mama, sucção frequente e forte, e o uso de bomba de ordenha que provocavam danos a amamentação. Evidenciou também que o apoio familiar neste momento de dificuldade na lactação é de extrema importância para que possa ser ofertado apoio psicológico, físico e emocional diante das várias dificuldades das primíparas no processo de amamentação.

Alencar et al (2017), enfatiza que as dificuldades apresentadas no processo de amamentação das primíparas foram: os traumas mamilares: rachaduras, mamas empedradas, ferimentos e dor. Dificuldades que prejudicaram amamentação e provocaram o desmame precoce. O estudo ainda enfatiza que o medo das primíparas com a prática da amamentação origina as dificuldades, exigindo das mesmas medidas imediatas para que seja possível contornar o problema e seguir em frente com a amamentação.

O artigo de Castro et al (2019), das 17 primíparas estudadas, 9 conseguiram amamentar imediatamente pós-parto, e 8 apresentaram dificuldades para amamentar imediatamente e posteriormente pós-parto. As principais dificuldades relatadas no estudo foram: pega incorreta do RN na hora da amamentação e carência de orientações pela equipe de saúde. Entretanto o estudo evidenciou que essas dificuldades geralmente acontecem após a alta hospitalar, ressaltando assim a importância de orientações claras e precisas quanto á amamentação, para evitar o aparecimento de dificuldades e possibilitar por mais tempo o AM.

5.2 VIVÊNCIAS DO PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO DAS PRIMÍPARAS

Diante das dificuldades apresentadas por primíparas em relação ao aleitamento materno, é de extrema importância conhecer as vivências das primíparas no processo de amamentação, onde muitas vezes esse momento é marcado por vários sentimentos como: insegurança, frustração, tristeza, incapacidade e medo que acabam provocando o desmame precoce das crianças.

De acordo com Bortoli et al (2019), a vivência das primíparas com a amamentação foram marcadas por sentimentos ambíguos, sendo um momento dificultoso por conta da inexperiência com a técnica da amamentação e pelo fato da exposição do tecido mamilo-areolar á sucção pela primeira vez. Ressalta-se ainda que a primariedade por si só já acarreta mudanças físicas e emocionais, além da falta de experiência que gera ansiedade. Por isso destaca-se a

importância de ações preventivas durante o pré-natal e internação hospitalar, como encaminhamento para equipe de lactação.

O artigo de Costa et al (2019), as primíparas relataram conhecer o processo da amamentação, enfatizando que o colostro é o primeiro leite produzido pela mãe e que é rico em vitaminas e anticorpos. Porém relataram que suas vivências com a prática da amamentação foram marcadas por alterações emocionais negativas devido a dor e o sofrimento enfrentados por elas durante a amamentação. Ainda enfatizaram que muitas vezes o sentimento de angústia e incapacidade levava a uma prática de AM malsucedida e à interrupção precoce da amamentação. Ressalta-se ainda que por falta de experiência e insegurança frente ao choro do bebê as primíparas relataram a necessidade de apoio, porém muitas vezes esse apoio prejudicava ainda mais a amamentação pois cada pessoa ouvida passava uma informação diferente gerando mais dúvidas e dificuldades diante a prática da amamentação.

No contexto de vivências, Garcez et al (2020), destaca que as primíparas do estudo relataram que o aleitamento materno é muito importante tanto para as mães como para os bebês, pois o leite materno é rico em nutrientes e vitaminas que são essenciais para o desenvolvimento da criança. Entretanto relataram que segundo suas vivências é um momento marcado por desafios dolorosos por apresentarem muita dor e fissuras mamárias que despertam sentimento de tristeza, incapacidade e angústia por não conseguir obter satisfação e realizações com a amamentação e muitas vezes acabam prejudicando o vínculo entre mãe e filho que muitas relataram que ocorre com a amamentação. Por conseguinte, ainda relataram que a amamentação foi marcada por crenças de que o leite do peito era insuficiente, levando-as a se sentirem inseguras quanto a sua capacidade de produção de leite para suprir as necessidades do bebê.

Nota-se que as vivências das primíparas com a prática da amamentação é marcado muitas vezes por crenças de que o leite é fraco e insuficiente para suprir as necessidades do bebê, e que a falta de experiência gera muitas dúvidas que levam a buscar orientações com várias pessoas diferentes para conseguir recursos para melhorar a amamentação, porém muitas vezes essa busca acaba prejudicando ainda mais a lactação por se tratar de um conjunto de informações diferentes, que acabam gerando reflexos de insegurança materna frente o processo de amamentação.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perante os 08 artigos selecionados, observa-se que o processo de amamentação das primíparas é um momento marcado muitas vezes por grandes dificuldades e sentimentos ambíguos que provocam mudanças diárias e repentinas na vida das mesmas gerando medo, insegurança e tristeza.

Diante do exposto, e por meio da identificação e análise das produções científicas relacionadas as dificuldades que as primíparas apresentam em relação ao aleitamento materno, verificou-se que elas possuem conhecimento sobre a importância e benefícios do leite materno para o desenvolvimento e crescimento da criança, porém por se tratar de uma experiência nova as inseguranças e o medo com a prática da amamentação acabam resultando no aparecimento de dificuldades que acabam exigindo delas medidas imediatas para que seja possível contornar os problemas com a amamentação.

A respeito das dificuldades com a prática da amamentação, identificou-se que dentre os problemas mais comuns que dificultam a amamentação estão os traumas mamilares, que tem causas diversas e que envolvem tantos aspectos da mãe quanto do bebê. Quanto a mãe a primiparidade, as condições da mama, do mamilo e cuidados tópicos inadequados, em relação a criança sucção ineficaz e principalmente a pega incorreta do mamilo e o posicionamento incorreto do bebê ao amamentar.

As principais dificuldades encontradas na pesquisa foram: mastite, fissuras, dor e ingurgitamento mamário. Seguido de problemas anatômicos mamários como: mamilo invertido, e por conseguinte dificuldade quanto á posição correta para colocar o bebê na mama e a pega incorreta na aréola. Desse modo ressalta-se ainda que o tempo de cicatrização desses traumas mamilares pode variar e essa condição pode culminar em desfechos negativos para a mãe, como processos infecciosos, e para o bebê, a interrupção da amamentação levando a outros desdobramentos que comprometem a saúde de ambos.

Durante a pesquisa constatou-se que as vivências do processo de amamentação das primíparas muitas vezes é um momento dificultoso, cheio de dúvidas e inseguranças devido a inexperiência com a amamentação pois ainda existem insuficiência de orientações adequadas em relação a preparação da mama para a lactação. Em virtude dos fatos mencionados é de suma importância o apoio familiar neste momento, pois o sucesso da amamentação depende também do apoio, da ajuda e do ambiente que cerca a primípara. Ainda se faz necessário investir mais em estratégias de educação em saúde, com cursos de capacitações para os profissionais, com o

objetivo de otimizar a assistência adequada durante o atendimento, bem como, desenvolver ações educativas para disseminar ainda mais conhecimentos sobre a preparação correta das mamas para a amamentação, com a finalidade de aumentar o nível de conhecimentos das primíparas e de toda população sobre o assunto descrito acima, para prevenir o aparecimento de traumas mamilares durante a amamentação.

Para finalizar, consideramos que houve uma limitação no estudo em decorrência das lacunas existentes na literatura acerca das dificuldades das primíparas em relação ao aleitamento materno. Nesse sentido, recomendam-se novos estudos relacionados à abordagem das dificuldades e empecilhos apresentados por primíparas no processo de amamentação, bem como, estudos que abordem as vivências das primíparas com a prática do aleitamento materno, para melhorar a qualidade da amamentação principalmente das primíparas e assim evitar o desmame precoce dos bebês, pois o leite materno é fonte de energia, vitaminas e minerais indispensáveis para o funcionamento e as mudanças rápidas no corpinho do bebê.

REFERÊNCIAS

- ALENCAR, A.P.A; NASCIMENTO, G. L; LIRA, P.F; FONSECA, F. L. A; FONSECA, R. L. A; ALVES, B. C. A; XAVIER, S. P L; LAURENTINO, P. A. S. **Principais Causas do Desmame Precoce em uma Estratégia de Saúde da Família**. Revista Meio Ambiente. V.6, n.2, p. 65-76. Jul./dez. 2017.
- ANTUNES, L. S. **Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde. Ciência e Saúde coletiva**, v. 13, n. 1, p. 103-109, 2008. Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/373>. Acesso em: 10/10/2020.
- BARBOSA, G. E. F; SILVA, V. B; PEREIRA, J. M; SOARES, M. S; FILHO, R. A. M; PEREIRA, L. B; PINHO, L; CALDEIRA, A. P. **Amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas**. Revista Paul Pediatr. 2017; 35 (3): 265-272.
- BARROS, S. M.O. **Enfermagem obstétrica e ginecológica: Guia para prática assistencial**. 2 ed. São Paulo: Roca, 2009.
- BERTOLI, C. F. C; POPLASKI, J. F; BALOTIN, P. R. **A amamentação na Voz de Puérperas Primíparas**. Revista Enferm. Foco 2019; 10 (3): 99-104.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da Criança Aleitamento Materno e Alimentação Complementar**. Brasília 2009. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf. Acesso em 11/10/2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da Criança Aleitamento Materno e Alimentação Complementar**. Brasília 2014. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategia_nacional_promocao_aleitamento_materno.pdf Acesso em 11/10/2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da Criança Aleitamento materno e Alimentação Complementar**. Brasília 2015. Disponível em :http://bvs.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf Acesso em 12/10/2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **RESOLUÇÃO Nº 510, DE 07 DE ABRIL DE 2016**. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf> Acesso em: 14/03/2021.
- CASTRO, I. R; MELO, M. C. P; MORAIS, R. J. L; SANTOS, A. D.B. **Partejar de Primíparas: reflexos na amamentação**. Revista Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro, 2019; 27; e 43354.
- CIRICO, M. O. V; SHIMODA, G. T; OLIVEIRA, R. N. G. **Qualidade assistencial em aleitamento materno: implantação do indicador de trauma mamilar**. Revista Gaúcha de Enfermagem. 2016; dez; 37 (4): e 60546.

COSTA, S; FETTERMAN, F. A; AZEVEDO, L. S; FREITAS, H. M. B; BORDIGNON, J. S; DONADUZZI, D. S.S. S. **A prática do aleitamento materno na percepção de mulheres primigestas.** Revista vivências/ Erechim/ v.15/ n.29/ p.289-310/ jul. /dez.2019.

DIOGO, E. F; SOUZA, T; ZOCHE, D. A. **Causas do desmame precoce e suas interfaces com a condição socioeconômica e escolaridade.** Revista Oficial do Conselho Federal de Enfermagem. V.2, n.1, 2011; p. 10-13.

FEBRASGO, Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia. **Manual do Aleitamento Materno.** Brasília2015. Disponível em:
<file:///C:/Users/User/Desktop/ Aleitamento Materno 25NOV AF.pdf> Acessoem:10/10/2020

FRASER, D. M.; COOPER, M. A. **Assistência Obstétrica: Um Guia Prático para Enfermagem.** Rio de janeiro: Elsevier, 2010.

FROTA, M. A, COSTA, F.L, SOARES, S.D, SOUSA FILHO, A.O, ALBBUQUERQUE, C.M, CASIMIRO, C.F. **Fatores que interferem no aleitamento materno.** Revista RENE.2009;10(3): 61-7. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v22n2/v22n2a21.pdf>. Acesso em: 13/10/2020.

GARCEZ, B. B. D; SILVA, A. D; LIMA, J. C; LOPES, T. S. P; NOGUEIRA, L. T. **Avaliação do conhecimento sobre o aleitamento materno de primíparas atendidas em uma maternidade de Teresina, Piauí.** Revista Eletrônica Acervo Saúde/ eletronic journal collection Health. ISSN 2178-2091, v.12 (11).

GIUGLIANI, E. R. J. **Aleitamento Materno: Aspectos Gerais**, 2012. Disponível em:
http://www.ufrgs.br/pediatria/z3_1_5_biblio_files/Giugliani_Aleitamento_Materno_Aspectos_gerais.pdf Acesso em : 12/10/2020.

LOPES, L.M. **Desmame precoce.** Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro 2016. Disponível em: <http://unasus.uerj.br/documentos/termo-de-autorização-tcc-unasus-uerj.pdf>. Acesso em: 14/10/2020.

MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. C.P; GALVÃO, C. M. **Revisão integrativa: método de pesquisa para incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** Florianópolis, 2008, out-dez; 17 (4): 758-64. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tee/v/7n4/18> . Acesso em: 01/02/2021.

MORAIS, T. C.; FREITAS, P. X.; NEVES, J. B. **Percepção das Primigestas Acerca do Aleitamento Materno.** Revista Enfermagem Integrada, Ipatinga: Unileste-MG, v. 3, n. 2, nov. /dez.2010. Disponível em: http://unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v3_2/13-percepcao-das-primigestas-acerca-do-aleitamento-materno.pdf. Acesso em: 10/10/2020

PECCINI. K.V. **Anatomia das mamas.** Disponível em:
<http://www.enovamulher.com.br/artigosexibir.php?id=19>. Acesso em 10/10/2020.

PINTO, L. F. O.; PONTES, D. B. S. Departamento de Enfermagem-Faculdades Integradas de Ourinhos-FIO/FEMM. **Aleitamento Materno e a Atuação do Enfermeiro.** 2009.Disponível em: http://fio.edu.br/cic/anais/2009_viii_cic/Artigos/07/07.13.pdf. Acesso em 09/09/2020.

SANTOS, P. V et al. **Desmame precoce em Crianças atendidas na Estratégia Saúde da Família**. Estratégia Saúde da Família. **Rer. Eletr. Enf.** [Internet] .2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-946576> Acesso em: 09/09/2020.

SILVA, D. P et al. **Aleitamento Materno: causas e consequências do desmame precoce**. Revista Unimontes Científica. Montes Claros, v.19, n.2-jul./dez. 2017. Disponível em: <http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/viewFile/489/454> Acesso em: 09/09/2020.

SILVA, A. M; SANTOS, M.C.S; SILVA, S. R. M; FERREIRA, F. A; FREITAS, R. S. C; SANTOS, R. E. A; GOUVEIA, M. T. **Aleitamento materno exclusivo: empecilhos apresentados por primíparas**. Revista enfermagem. UFPE online. Recife, 12 (12): 3205-11, dez., 2018.

SOUZA, M. T. S; SILVA, M. D; CARVALHO, R. **Revisão integrativa: o que é e como fazer**. **Einstein**. 2010; 8 (1p+1): 102-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/151679-45082010rw1134> . Acesso em: 02/02/2021.

UNICEF. Fundo Internacional de Emergência das Nações Unidas para Infância. **Dez passos para o sucesso do Aleitamento Materno**. [1989]. Disponível em: <http://www.unicef.org/brasil/pt/activities_9999.htm>. Acesso em: 03/11/2020.