

## OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A SAÚDE DA MULHER

Giovanna Costa de Paula dos Santos<sup>1</sup>

Natalia Rafaela Aparecida Pinto<sup>2</sup>

Beatriz Aparecida Santos<sup>3</sup>

Orientadora: Me Márcia Féldreman Nunes Gonzaga<sup>4</sup>

### RESUMO

O aleitamento materno é de suma importância tanto para a saúde da criança como a da mulher o mesmo atua sendo como uma troca de benefícios para ambos, para a criança ele fortalece o sistema imunológico evitando infecções, diarreias entre outras doenças. E para a mulher o ato de amamentar atua diminuindo as chances de um possível desenvolvimento de um câncer de mama e de ovário, a involução uterina pós-parto mais rápida e entre outros inúmeros benefícios que serão abordados neste artigo científico. Por isso é preconizado pelo Ministério da saúde (OMS) que a amamentação deve ser mantida exclusivamente nos primeiros seis meses de vida da criança. Este artigo de revisão bibliográfica realizado através de pesquisas em artigos publicados no banco de dados da Scielo (Scientific Electronic Library Online), Bireme, Google Acadêmico abordam essas questões.

**PALAVRAS-CHAVES:** aleitamento materno, enfermagem, importância, saúde da mulher, saúde da criança.

1. Acadêmico de Enfermagem 5º semestre - Centro Universitário Amparense –UNIFIA
2. Acadêmico de Enfermagem 5º semestre - Centro Universitário Amparense –UNIFIA
3. Acadêmico de Enfermagem 5º semestre - Centro Universitário Amparense –UNIFIA
4. Me Professora e Coordenadora no Centro Universitário Amparense - UNIFIA

## **INTRODUÇÃO**

O aleitamento materno é a fase que gera mais benefícios para a saúde da mulher e da criança e garantem uma consequência positiva para a sociedade. O Processo de amamentação além de promover a nutrição da criança, gera uma proximidade corporal farto de sentidos para a relação mãe e filho. (GALLO, et al; 2008).

O ato de amamentar não está relacionado somente com a nutrição da criança, mas também a mulher que amamenta vivencia um momento único, sensações prazerosas com troca de laços afetivos mãe-filho. (ARAÚJO et al.,2008).

De acordo com Organização Mundial da Saúde (OMS), o aleitamento materno deve ser mantido exclusivamente nos seis primeiros meses de vida da criança. O leite materno é um alimento completo que possui uma alta demanda de nutrientes, e só ele basta para nutrir com saúde a criança nos primeiros meses de vida. (TADDEI et al., 2011).

A amamentação também resulta em benefícios para a saúde reprodutiva da mulher, pois sua prática frequente com mamadas duradouras contribui para preservar a saúde materna ao ampliar o espaçamento entre gestações e partos. Vantagens para a relação mãe e filho podem ser reportadas tendo em vista que, para amamentar, a mãe adquire o costume de oferecer aconchego à criança, promovendo o vínculo afetivo desejável na relação mãe e filho. Outros ganhos com a amamentação incluem a praticidade e a isenção de despesas com substitutos do leite materno (GALLO et al.,2008, p.493).

As vantagens da amamentação relacionadas às mães são muitas entre elas estão, a involução uterina mais rápida, a proteção contra anemias decorrentes a longos períodos de sangramento pós-parto, diminuição do índice de câncer de mama e de ovário, o uso da lactação como método anticoncepcional desde que seja exclusiva a amamentação durante os seis primeiros meses pós-parto. (GIUGLIANI, 2000).

O aleitamento materno traz inúmeros benefícios para a saúde da mulher, porém segundo as ideias de Antunes et al, (2006 apud MARTINS e SANTANA, 2013) ainda falta muita informação e o encorajamento da amamentação para que esses benefícios sejam contemplados, as informações oferecidas durante as consultas de pré-natal realizadas por médicos e enfermeiros são apenas direcionadas para os benefícios que tem o aleitamento materno para o bebê.

## **OBJETIVO GERAL**

Descrever os benefícios da amamentação para a saúde da mulher.

## **OBJETIVO ESPECÍFICO**

Analisar a importância da prática da amamentação para a saúde da mulher e da criança.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um artigo de revisão bibliográfica realizado através de busca de artigos científicos com as seguintes palavras chaves aleitamento materno, importância, saúde da mulher, nas bases de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online), Bireme, Google Acadêmico.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Embora a amamentação tenha sido considerada eficaz e benéfica para a saúde da mulher e da criança trazendo inúmeras vantagens para ambos como o fortalecimento do vínculo afetivo mãe-filho, a proteção do sistema imunológico do recém-nascido, além de tantos outros benefícios para a saúde da mulher durante o período puerperal, percebe-se que a prática vem caindo seu uso por falta de informação não oferecida durante as consultas de pré-natal realizadas por médicos e enfermeiros sobre a amamentação para que esses benefícios sejam contemplados (ANTUNES et al, 2006 apud MARTINS e SANTANA, 2013).

Nesse contexto entra o papel do enfermeiro em orientar, tirar dúvidas inseguranças e estimular essa prática para a mulher desde as primeiras consultas de pré-natal, até o período puerperal acompanhando essa mãe, ensinando a pega correta no peito e em insistir para que haja sucesso na prática da amamentação (BRASIL, 2007).

Assim o enfermeiro se torna responsável em orientar e encorajar mães em adquirir a prática do aleitamento materno, que só traz resultados positivos para mãe-filho.

## **CONCLUSÃO**

Após a análise dos artigos estudados podemos concluir que o aleitamento materno em sua integralidade oferece benefícios e vantagens para a vida da mulher e da criança e devem ser mantidos exclusivamente e preferencialmente até os seis primeiros meses pós-parto.

Porém ainda que o tema seja motivos de discussões sugerem-se novas pesquisas para evidenciar ainda mais seus benefícios e esclarecer todo contexto envolvido.

## REFERÊNCIAS

- Cristiane Leite Oliveira, F. T. (s.d.). AMAMENTAÇÃO COM ENFOQUE NA SAÚDE DA MULHER.
- Deusiane de Lousa Ribeiro, M. A. (2014). ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NO ALEITAMENTO MATERNO.
- Francieli ADAMS, F. C. (2010). PROMOÇÃO E APOIO AO ALEITAMENTO MATERNO UM DESAFIO PARA A ENFERMAGEM. *Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI*, 162-166.
- Marcela de Oliveira Demitto, T. C. (s.d.). ORIENTAÇÕES SOBRE AMAMENTAÇÃO NA ASSISTÊNCIA PRÉ-NATAL: UMA REVISÃO INTEGRAL. *Rene*, 223-229.
- Maria Zilda Oliveira Martins, L. S. (2013). BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A SAÚDE MATERNA. *INTERFACES CIENTÍFICAS- SAUDE E AMBIENTE*, 1-11.
- Paulo Rogério GALLO, S. A. (2008). Motivação de gestantes para o aleitamento materno. *Nutrição*, 491-502.