

AMAMENTAÇÃO: CONHECIMENTO DAS NUTRIZES ACERCA DOS MITOS E VERDADES

Amanda dos Santos Nascimento¹; Giovanna Silva Mendes¹; Julia Ayumi Guinoza Hokama¹; Elaine Christina de Oliveira²

1. Discente no Curso de Enfermagem- UNISEPE– Peruíbe/SP- Brasil
2. Docente no Curso de Enfermagem e orientadora – UNISEPE – Peruíbe/SP-Brasil

Resumo: O leite materno é fundamental para o desenvolvimento do bebê, alimento rico em nutrientes que atende todas as carências nutricionais nos primeiros meses de vida, entretanto a amamentação não é uma prática totalmente instintiva, é comum que muitas nutrizes se deparem com situações que tornem essa prática desconfortável e desafiadora, sendo assim o objetivo desse estudo é avaliar o nível de conhecimento das nutrizes acerca de mitos e verdades mais comuns no processo de amamentação, atendidas em uma unidade de saúde na cidade de Peruíbe-SP. Trata-se de um estudo de corte transversal, quantitativa, realizado com a aplicação de um questionário em consultas de enfermagem em nutrizes de 18 a 40 anos. Os resultados demonstram que, apesar da maioria das nutrizes reconhecer a importância da amamentação, mitos e crenças errôneas tem uma prevalência significativa, que podem influenciar de forma negativa a prática da amamentação, sendo essencial que campanhas educativas e apoio profissional sejam intensificadas, para esclarecer essas crenças e promover a saúde materno-infantil.

Palavras-chave: Amamentação; Nutrizes; Lactantes.

1 INTRODUÇÃO

O leite materno é fundamental para o desenvolvimento do bebê, alimento rico em nutrientes que atende todas as carências nutricionais nos primeiros meses de vida, auxiliando no sistema imunológico e protegendo contra patologias comuns na infância, e outras que podem surgir apenas na vida adulta (OMS,2020).

O aleitamento materno proporciona vantagens para a criança e para as nutrizes e estudos demonstram que mães que amamentam, tem menos chance de desenvolver câncer de mamas e ovários (LABBOK, 2007; OMS, 2019).

O ato de amamentar quando se tratado na questão socioeconômica, reduz gastos com fórmulas e outros substitutos do leite, sendo uma prática econômica para a família e segundo a Organização Mundial

de Saúde (2023), o aleitamento materno é preconizado de forma exclusiva até os seis meses de vida da criança, sem a necessidade de ofertar outros líquidos e mantido até os dois anos com alimentos complementares.

A amamentação não é uma prática totalmente instintiva, é comum que muitas nutrizes se deparem com situações que tornem essa prática desconfortável e desafiadora, isso se dá as diversas mudanças fisiológicas e psicológicas que ocorrem antes mesmo da amamentação, além das alterações hormonais que desencadeiam uma série de mudanças emocionais, gerando medos e inseguranças, sendo importante uma rede de apoio, sejam elas da família, amigos ou profissionais de saúde capacitados.(SUÁREZ-COTELO *et al.*,2019).

O desmame precoce é um problema de saúde pública, visto que apenas 38% dos bebês são amamentados da forma recomendada, mesmo a média da amamentação recomendada ser 44% dos bebês nas Américas, ainda equivale a média mundial (OPAS, 2021).

Essa estatística se dá a diversos fatores, sejam eles níveis de escolaridade materna, regresso ao trabalho após a licença maternidade, dificuldades técnicas e até mesmo forte influência cultural (COSTA, 2020).

Apesar da rede de apoio ter grande importância para promover e facilitar o processo de amamentação, também são responsáveis por influenciar as nutrizes, na forma ideal ou com informações errôneas geradas pela influência de perspectivas culturais passadas por gerações, como tabus, crenças e mitos, como “leite fraco”, o tamanho das mamas interferir na produção de leite e amamentar fazem as “mamas caírem”, entre outros mitos que vão gerando dúvidas e conflitos em relação as recomendações dos órgãos de saúde e profissionais da área. (FARIA, 2014; OLIVEIRA, *et al.*, 2017).

Essas dúvidas e informações sem base científica podem afetar negativamente o processo de amamentação, levando ao desmame precoce, sendo assim, é importante identificar os níveis de conhecimento destas nutrizes acerca destes mitos e verdades sobre a amamentação.

1.1 OBJETIVOS

Avaliar o nível de conhecimento das nutrizes acerca de mitos e verdades mais comuns no processo de amamentação, atendidas em uma unidade de saúde na cidade de Peruíbe-SP.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 PROPRIEDADES DO LEITE MATERNO E ESTÁGIOS DA LACTAÇÃO

O leite materno, é composto por todos os nutrientes essenciais e de aproximadamente 45 tipos diferentes de fatores bioativos e muitos desses fatores parecem contribuir para o crescimento e desenvolvimento do recém-nascido e as modificações detectadas na composição desse leite, dependerá com o tempo de lactação a às necessidades variáveis do recém-nascido (KUNZ et al, 1999)

É rico em nutrientes que são fundamentais para suprir as carências nutricionais do lactente nos primeiros meses (CALIL, 1991), são nutrientes que além de sustentar a demanda nutricional, vai contribuir para o fortalecimento do sistema imunológico do lactente, sem a necessidade de ofertar nada além do leite materno nos primeiros seis meses (OMS,2020).

As alterações que ocorrem no leite durante o período de amamentação vão além de cor e quantidade, o leite materno vai se adaptar as necessidades do lactente, e isso envolve aspectos na sua composição. O colostro é o primeiro leite produzido, rico em anticorpos, vitaminas e proteínas, quando comparados ao leite de transição e o maduro, tem baixo teor lipídico, sendo de suma importância para o desenvolvimento do sistema imunológico do bebê (CINGOLANI, 2004).

A fase de transição entre o colostro e o leite maduro, conhecida como leite de transição, ocorre a partir do quinto dia após o parto e após duas semanas o leite está maduro e pronto para suprir todas as necessidades proteicas que sustentará o lactente durante a fase do aleitamento materno exclusivo (PASSANHA et al., 2010; MAHAN, 2010).

2.2 VANTAGENS DO ALEITAMENTO MATERNO

O aleitamento tem inúmeros benefícios ou vantagens para o lactente envolvendo aspectos higiênicos, imunológicos, cognitivos, psicológicos, sociais e à prevenção de doenças futuras, além das vantagens econômicas pois não há a necessidade de comprar fórmulas lácteas e os benefícios do aleitamento sobre o organismo materno (CALIL & FALCÃO, 2003).

A prática da amamentação exclusiva e sua importância são pautas abordadas e incentivadas por instituições e campanhas do governo mundial, visto que essa prática oferece inúmeros benefícios tanto para o bebê, quanto para a mãe. O leite materno tem grande eficiência na redução da mortalidade infantil, tendo redução de cerca de 13% em crianças menores de cinco anos (CMS, 2022).

Além de fortalecer o sistema imunológico da criança e promover o vínculo entre mãe e filho, o leite materno previne contra algumas doenças comuns na infância e algumas que podem surgir na vida adulta. Alguns estudos apontam a grande relevância da amamentação em relação a prevenção de sobrepeso e diabetes mellitus tipo 2, infecções gastrointestinais, diarreia, redução de morte súbita e proteção contra a leucemia na infância, além de aumentar o desenvolvimento cognitivo (OPAS, 2021). Podemos destacar também como vantagem, a economia com fórmulas e derivados do leite nos primeiros seis meses (OPAS, 2018).

A amamentação contribui para proporcionar o bem-estar físico e emocional da nutriz, além de diminuir o sangramento após o parto e acelera a perda de peso, alguns estudos apontam um benefício significativo na amamentação e sua relação na redução da incidência de neoplasias de mamas e ovários (AGUIAR & SILVA, 2011).

2.3 REDE DE APOIO À LACTANTE E BANCO DE LEITE HUMANO

Uma rede de apoio durante a amamentação é essencial para o sucesso da amamentação e pode ser formada por pessoas que fazem parte da rotina diária da mãe lactante, como cônjuge, parentes, amigos, colegas de trabalho e a empresa empregadora (FUNDAÇÃO ABRINC, 2023).

O apoio da família se torna de suma importância para promover o sucesso da amamentação, sejam no auxílio com tarefas laborais do lar, cuidados com o bebê e suporte emocional (PRATES, SCHMALFUSS, LIPINSKI, 2015).

A amamentação não é uma prática totalmente instintiva e existem fatores que podem contribuir para o desmame precoce, segundo estudos, alguns fatores podem estar relacionados a inexperiência, regresso ao trabalho e falta de rede de apoio, (ANDRADE, PESSOA, DONIZETE, 2018).

Existem políticas públicas que atuam com o objetivo de promover a saúde materno-infantil, sendo uma delas os bancos de leite humano, que desempenham um papel crucial na redução da mortalidade infantil, promove o aumento da sobrevivência e tem papel fundamental no desenvolvimento imunológico do bebê (FONSECA & MILAGRES, 2021). Os bancos de leite humano são responsáveis por coletar, processar e realizar testes de qualidade, tornando assim, adequados para distribuição.

2.4 LEI DA AMAMENTAÇÃO

Todas as mães têm o direito de amamentar seus filhos em seu local de trabalho, escolas, presídios, sendo este direito garantido em lei e segundo o artigo 9º do Estatuto da Criança e do Adolescente, o governo, instituições e empregadores devem garantir condições para que o aleitamento materno ocorra nesses ambientes (FUNDAÇÃO ABRINQ, 2019).

O incentivo a amamentação vem se tornando mais frequentes por órgãos do governo mundial, há diversas campanhas frisando a importância da amamentação e buscando conscientizar, capacitar e apoiar por meios de políticas públicas (LAMOUNIER, 2018). A Lei nº 13.435/2017 sancionada em 15 de abril de 2017, foi um grande passo do governo nacional, além de instituir agosto como o mês do aleitamento materno, essa lei conta com um conjunto de medidas que tem como objetivo proteger a saúde de crianças e adolescentes (TRT, 2022).

Existem também direitos previstos pela legislação para lactantes, como a licença maternidade que garante 120 dias corridos sem prejuízos do emprego ou salário, direito de descanso durante meia hora, duas vezes ao dia durante a jornada de trabalho para amamentar, até que o bebê complete 6 meses, direito de amamentar durante concursos públicos e em locais públicos, reforçando a contribuição e o empenho do governo com a promoção e proteção da amamentação (GOV, 2023).

3 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de corte transversal, quantitativo, realizado durante consultas de enfermagem no banco de leite humano na Casa da Mulher e da Criança na cidade de Peruíbe-SP, com nutrizes de 18 a 40 anos de idade.

Aplicou-se um questionário com questões fechadas e de múltipla escolha em nutrizes durante reuniões semanais sobre aleitamento materno e consultas de enfermagem (ANEXO B), em julho de 2024. O presente artigo foi encaminhado ao Congresso Nacional de Iniciação Científica (CONIC).

As variáveis consideradas para o estudo foram, idade, número de gestações, profissão, escolaridade e estado civil e para garantir a ética da pesquisa, junto ao questionário foi entregue um Termo de Consentimento Livre e Esclarecimento as nutrizes participantes (ANEXO A).

Foram convidadas 76 nutrizes que compareceram nas consultas de enfermagem e reuniões semanais sobre aleitamento materno. Destas, 38 nutrizes aceitaram a participação nesse estudo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O total de participantes foram 38 nutrízes, com idades variando de 18 a 40 anos, conforme gráfico 1.

Gráfico 1: Idade

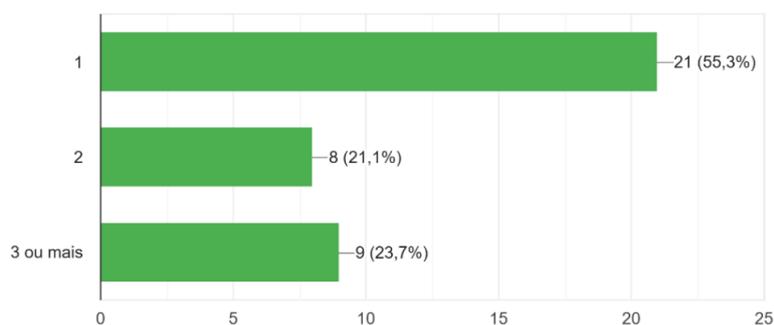


Fonte: Autoria própria

Neste estudo 50% das mulheres tinham entre 18 e 25 anos, com uma média de idade de aproximadamente 27 anos, corroborando com o estudo de Manyeh *et al.*, (2020), que encontrou uma média de idade similar, cerca de 27,9 anos.

A maioria das nutrízes estudadas eram primíparas, conforme gráfico 2.

Gráfico 2: Número de gestações

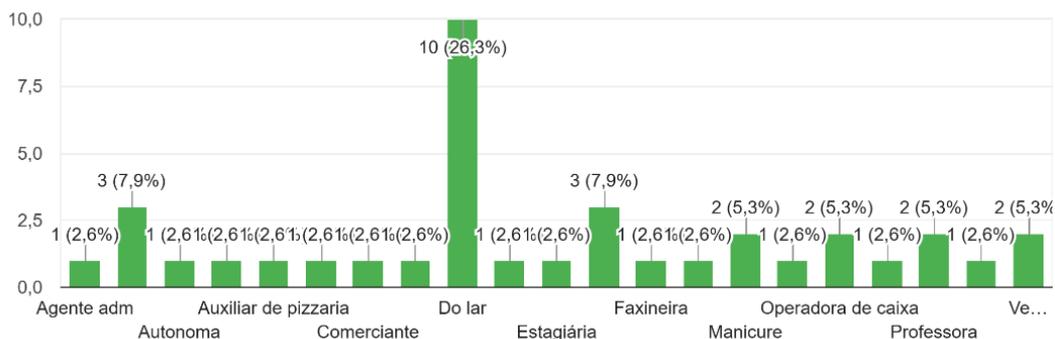


Fonte: Autoria própria

Cerca de 55,3% das mulheres neste estudo são “mães de primeira viagem”, indicando uma maior necessidade de apoio e informações sobre amamentação, corroborando com o estudo de Ribeiro *et al.*, (2022), onde 52,4% das mulheres eram primíparas.

A maioria das nutrizes não possuem atividade laboral fora do domicílio, conforme gráfico 3

Gráfico 3: Profissão

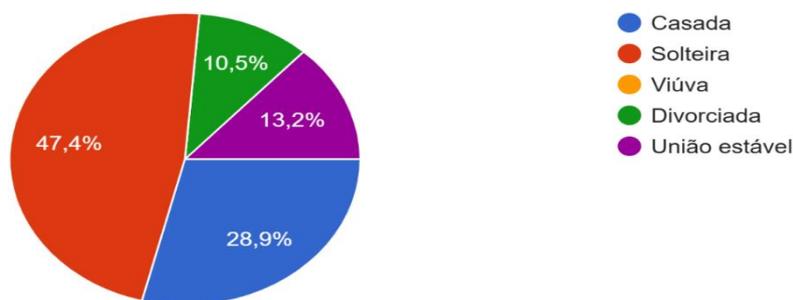


Fonte: Autoria própria

Segundo os dados coletados 28,91% das mulheres têm a profissão de “do lar”, representando quase um terço das amostras. Este dado corrobora com o estudo de Ribeiro *et al.*, (2022), onde esse número é ainda maior, 66,7% das mulheres eram “do lar” ou “donas de casa”.

A maioria das nutrizes estudadas são solteiras, conforme gráfico 4.

Gráfico 4: Estado civil

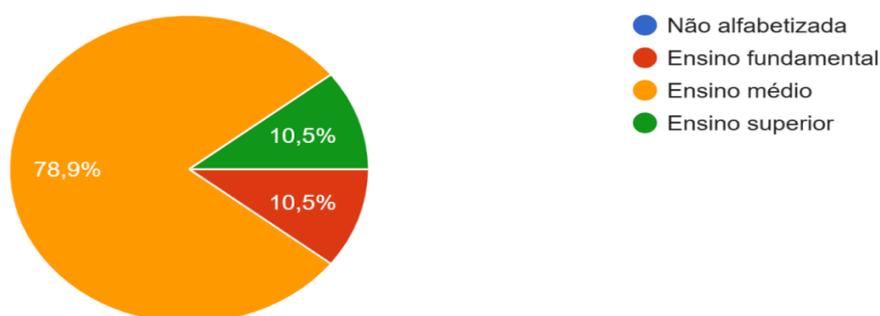


Fonte: Autoria própria

Analisou-se que 57,9% das mulheres na pesquisa são “mães solo” (solteiras ou divorciadas), o que pode dificultar a amamentação sem uma rede de apoio. Este dado divergiu com o estudo de Ribeiro *et al.*, (2022), onde 57% das mulheres eram casadas, mesmo assim encontraram dificuldades nas redes de apoio às lactantes casadas.

A maioria das nutrizes possuíam o ensino médio completo e a minoria possuía ensino superior, conforme gráfico 5.

Gráfico 5: Escolaridade

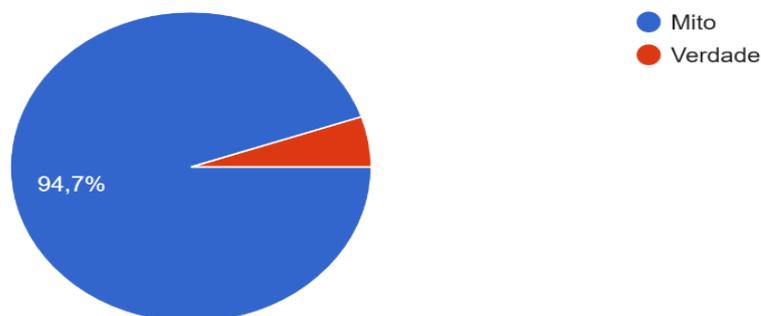


Fonte: Autoria própria

A maioria das mulheres possui ensino médio completo, o que contraria o estudo de Primo, Amorim e Castro, (2007), onde a maioria tinha apenas o ensino fundamental, interessante observar que entre os dados coletados não foi encontrado nenhuma mãe não alfabetizada.

A maioria das nutrizes não acredita ser necessário complementar o leite materno nos primeiros meses de vida do bebê, conforme gráfico 6

Gráfico 6: Além do aleitamento materno é necessário dar nos primeiros meses água, chá ou sucos?

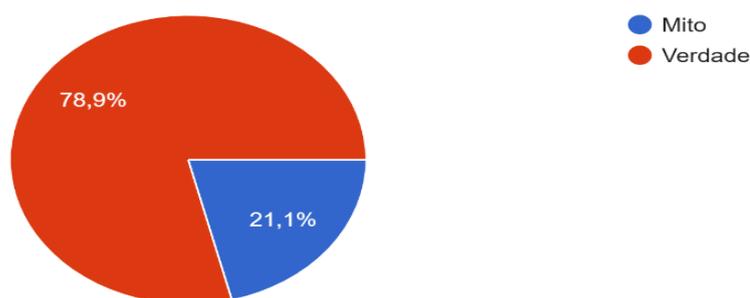


Fonte: Autoria própria

Apenas 5,3% das mulheres acreditam que é correto oferecer outro líquido além do leite materno durante a amamentação exclusiva, mostrando que 94,7% sabem que isso não é recomendado. Este resultado diverge do estudo de Cirqueira *et al.*, (2020), onde 34,6% dos bebês receberam chás nos primeiros 30 dias de vida.

A maioria das nutrizes acreditam que usar chupetas e mamadeiras pode interferir no aleitamento materno, conforme gráfico 7.

Gráfico 7: O uso de chupetas e mamadeiras interfere na amamentação?

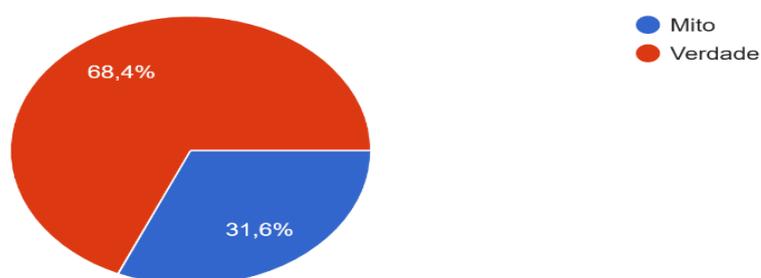


Fonte: autoria própria

A maioria das nutrizes sabem que chupetas e mamadeiras podem interferir na amamentação, mas 21,1% ainda desconhecem os malefícios. O que corrobora com o estudo de Oliveira & Vieira, (2020), onde 64% das mulheres reconheceram que o uso desses bicos artificiais, podem causar desmame precoce dos bebês.

A maioria das nutrizes acreditam que a pega incorreta na amamentação pode ocasionar cólicas no bebê, conforme gráfico 8.

Gráfico 8: A pega incorreta do bebê nas mamas pode causar cólicas no bebê?

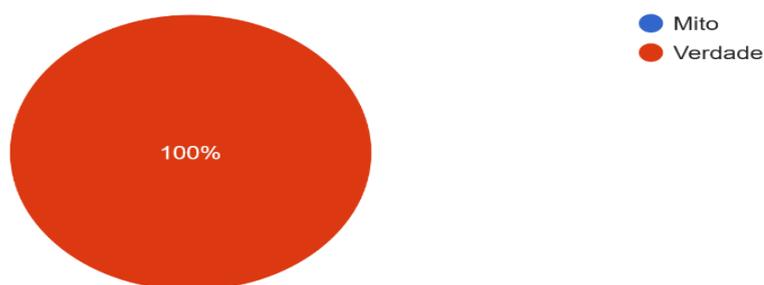


Fonte: Autoria própria

Neste estudo 68,4% das mães sabem que uma pega incorreta nas mamas pode fazer o bebê ingerir ar e causar cólicas, enquanto 31,1% desconhecem isso. Este dado diverge do estudo de Saavedra *et al.*, (2003) onde apenas 16,3% das participantes tinham essa informação.

Todas as nutrizes participantes sabem que o leite materno é importante para o sistema imunológico do bebê, conforme gráfico 9.

Gráfico 9: O leite materno fortalece o sistema imunológico do bebê?

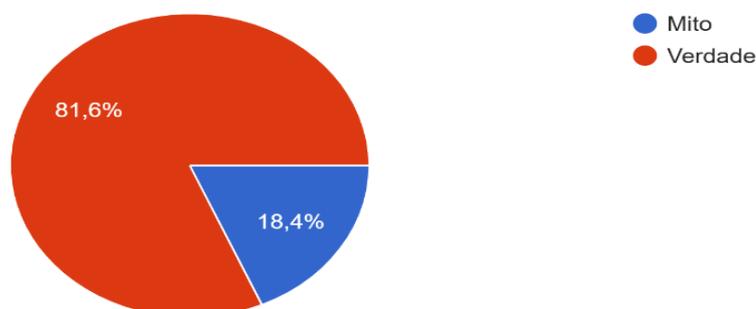


Fonte: Autoria própria

Todas as entrevistadas sabem que o leite materno fortalece o sistema imunológico do bebê, indicando que as orientações estão sendo eficazes neste estabelecimento de saúde, onde este estudo foi abordado. Este dado corrobora o estudo de Cardoso *et al.*, 2021, que observou benefícios imunológicos em bebês alimentados exclusivamente com leite materno até os seis meses de vida.

O gráfico 10 demonstra que a maioria das mulheres sabiam que a amamentação diminui risco de alguns tipos de câncer.

Gráfico 10: Mães que amamentam tem menos chance de desenvolver câncer de mamas e ovários?



Fonte: Autoria própria

É notável que 81,6% das nutrizes tenham o conhecimento sobre a relação da amamentação e a redução nas chances de desenvolver câncer de mamas e ovários, tendo como minoria uma mostra de 18,4% que não tinham essa informação, divergindo dos dados de Costa, (2020), no qual as amostras responderam como mito sobre esse assunto abordado.

Conforme o gráfico 11, todas as nutrizes identificaram como mito quanto mais o bebê mama, menos leite é produzido.

Gráfico 11: Quanto mais o bebê mama, menos leite é produzido?

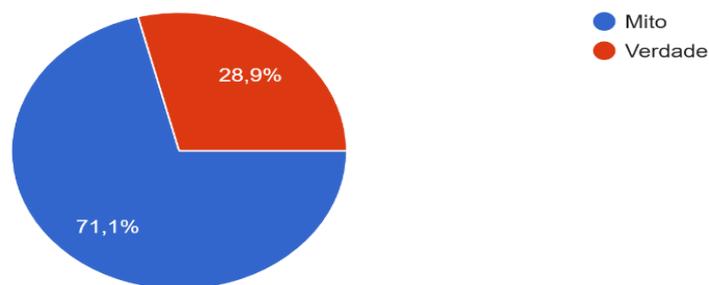


Fonte: Autoria própria

Segundo o gráfico, 100% das mulheres sabem que quanto mais o bebê mama, mais leite é produzido, seguindo o princípio de demanda e oferta. Este dado corrobora com o estudo de Uyeda *et al.*, (2015), que encontraram respostas similares a esse estudo.

A maioria das nutrizes acreditam que não há necessidade de estipular horários para amamentar, conforme o gráfico 12.

Gráfico 12: Devem ser estipulados horários para amamentar?

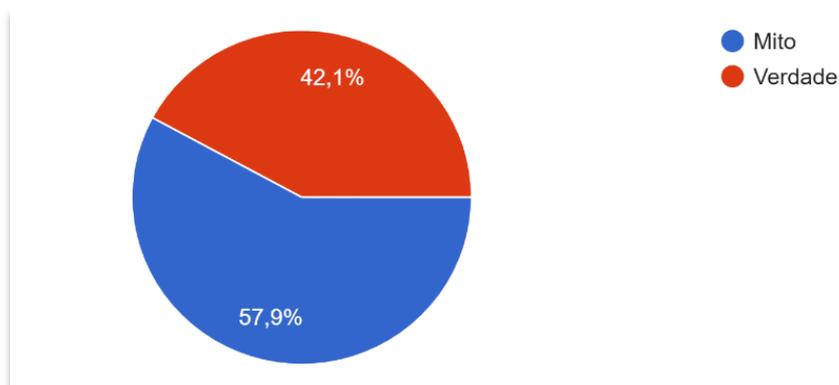


Fonte: Autoria própria

Neste estudo 71,1% das participantes sabem que estipular horários para amamentação é um mito, preferindo uma abordagem flexível baseada na demanda do bebê. Este dado diverge do estudo de Giugliani *et al.*, (1995), onde 42% acreditavam na importância de amamentar em intervalos regulares.

O gráfico 13 demonstra o conhecimento das participantes acerca de alergia ao leite materno

Gráfico 13: O bebê pode ter alergia ao leite?

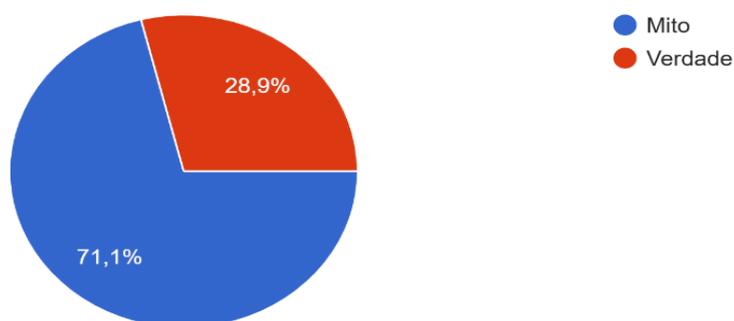


Fonte: Autoria própria

Neste estudo 42,1% das participantes acreditam erroneamente que bebês podem ser alérgicos ao leite materno. Este mito deve ser esclarecido, pois o leite materno, segundo Araújo, (2006), protege contra doenças infecciosas e alérgicas, ajudando a combater alergias.

A maioria das participantes sabem que é mito a produção de leite fraco, conforme gráfico 14.

Gráfico 14: Algumas mães podem produzir leite fraco?

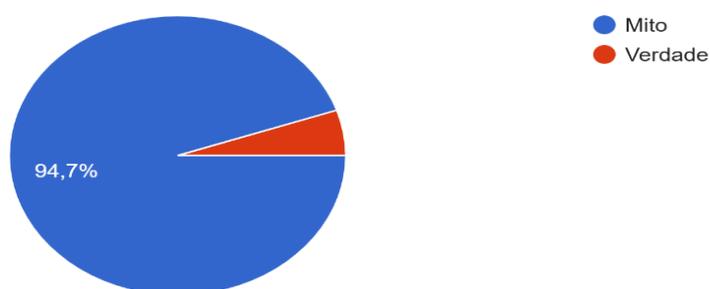


Fonte: Autoria própria

Embora a maioria das mães saiba que é um mito, 28,9% ainda acreditam que podem produzir leite fraco, corroborando como estudo de Oliveira, (2020) em que 29% das participantes afirmaram que podem produzir leite fraco. Este mito pode causar dúvidas e estresse, aumentando o risco de desmame precoce e uso de fórmulas sem orientação médica, tornando a educação em saúde essencial para evitar tais problemas.

A maioria das participantes identificou como mito o ato de doar leite interferir na amamentação, conforme o gráfico 15.

Gráfico 15: Doar leite diminui a produção e interfere na amamentação?



Fonte: Autoria própria

Quase todas as mães sabem que a doação de leite materno interferir na amamentação é um mito, o que é crucial para promover essa prática que salva vidas. Apenas 5,3% desconhecem que a doação não interfere na amamentação, corroborando com o estudo de Muller, (2019), em que apenas 3,33% das mulheres não demonstram conhecimento sobre esse assunto.

Embora a maioria das mães saiba que é um mito, 28,9% ainda acreditam que podem produzir leite fraco, corroborando como estudo de Oliveira, (2020) em que 29% das participantes afirmaram que podem produzir leite fraco. Este mito pode causar dúvidas e estresse, aumentando o risco de desmame precoce e uso de fórmulas sem orientação médica, tornando a educação em saúde essencial para evitar tais problemas.

A maioria das participantes identificou como mito o ato de doar leite interferir na amamentação, conforme o gráfico 15.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A amamentação é uma prática de extrema importância para o desenvolvimento adequado do lactente, proporcionando inúmeros benefícios e vantagens tanto para o bebê quanto para a mãe. Este estudo revelou que apesar das campanhas que frisam a importância da amamentação e oferecem suporte profissional, ainda existem mitos e desinformações entre as mães que amamentam. Com bases nos dados coletados foi possível observar que a maioria das mães eram jovens, com idades entre 18 e 26 anos, primíparas, donas de casa, e pouco mais da metade estão solteiras ou divorciadas.

Além disso, constatou-se que as nutrizes possuem dúvidas em relação às cólicas relacionadas à ingestão de ar, que pode ocorrer devido ao posicionamento incorreto ao amamentar e que algumas nutrizes desconhecem os benefícios da amamentação para a prevenção de neoplasias de mamas e ovários.

Entre os mitos abordados, a questão do horário para amamentar versus livre demanda, refletiu-se que ambas as abordagens têm méritos dependendo das circunstâncias individuais de cada nutriz.

Mesmo os outros mitos identificados na minoria das participantes, como leite fraco, alergias a leite materno e doação de leite materno interferir na produção de leite, ainda fica evidente a necessidade e a importância de um suporte econômico e educacional, intensificando as campanhas de conscientização e o foco em uma educação voltada aos benefícios da amamentação para as nutrizes.

6 REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Márcio Flávio Moura. et al. O papel imunológico e social do leite materno na prevenção de doenças infecciosas e alérgicas na infância. **Rev Rene**, v. 7, n. 3, p. 91-97, 2006. Acessado em 04 de setembro de 2024

CIRQUEIRA, Rosana Porto. et al. Prevalência e fatores associados ao uso de chá no primeiro mês de vida em uma coorte de nascimento na Região Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 20, p. 945-953, 2021. Acessado em 04 de setembro de 2024

COSTA, E.C.S. *et al.* Mito ou verdade? Educação em saúde com gestantes sobre aleitamento materno exclusivo. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 6, p. 5375-5375, 2020. Acesso em: 27 mar. 2023.

DALARME, T. C. *et al.* Importância da educação de gestantes sobre a amamentação pela equipe de enfermagem. **Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, p. 90-90, 2021. Acesso em: 24 set. 2023.

FARIA, M.C. Fatores que favorecem o desmame precoce no aleitamento materno. 2014. Dissertação (Mestrado) – **Universidade Federal de Minas Gerais**. Acesso em: 12 nov. 2023.

GRANIERI, M. S.; MELO, A. G.; MUSSARELLI, Y. F. Dificuldades na amamentação em mães adolescentes. **Revista Faculdades Do Saber**, v. 7, n. 14, p. 1089-1098, 2022. Acesso em: 03 abr. 2024.

HAMZE, Layal; MAO, Jing; REIFSNIDER, Elizabeth. Conhecimento e atitudes em relação às práticas de amamentação: uma pesquisa transversal com mães pós-parto na China. **Obstetrícia**, v. 74, p. 68-75, 2019. Acessado em 05 de setembro de 2024.

LABBOK, M.H. Aleitamento materno e a iniciativa hospital amigo da criança: mais importante e com mais evidências do que nunca. **Jornal de Pediatria**, v. 83, p. 99-101, 2007. Acesso em: 23 mar. 2023.

LAMOUNIER, Joel Alves. Promoção e incentivo ao aleitamento materno: Iniciativa Hospital Amigo da Criança. **Jornal de pediatria**, v. 72, n. 6, p. 363-367, 1996. Acessado em 02 de julho de 2024.

MANYEH, *et al.* Estimando a taxa e os determinantes das práticas de aleitamento materno exclusivo entre mães rurais no sul de Gana. **Amamentação Int J**, v. 15, p. 7, 2020. Acesso em: 26 ago. 2024.

MARQUES, A. R. *et al.* Mitos e verdades sobre amamentação com gestantes atendidas na unidade José Araújo, Maceió-AL. **SEMPESq-Semana de Pesquisa da Unit-Alagoas**, 2020. Acesso em: 10 out. 2023.

MULLER, *et al.* Conhecimento e adesão à doação de leite humano de parturientes de um hospital público. **Interações (Campo Grande)**, v. 20, p. 315-326, 2019.

OLIVEIRA, Aline Cardoso; VIEIRA, Vivian Breglia Rosa. Aleitamento materno: mitos e crenças. **Revista Científica**, v. 1, n. 1, 2020. Acesso em: 01 ago. 2023.

OLIVEIRA, C. M. *et al.* Amamentação: mitos e verdades. **Universidade Federal do Amazonas Instituto de Saúde e Biotecnologia**, 2020. Acesso em: 23 jun. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Amamentação**. 2020. Acesso em: 02 abr. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Semana Mundial do Aleitamento Materno**. 2023. Acesso em: 03 abr. 2024.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). **Importância de participação de toda sociedade na promoção do aleitamento materno, em lançamento de campanha no Brasil**. 2021. Acesso em: 02 mar. 2024.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **Aleitamento materno nos primeiros anos de vida salvaria mais de 820 mil crianças menores de cinco anos em todo o mundo**. 2018. Acesso em: 22 mar. 2024.

PRIMO, C.C; AMORIM, M.H.C; CASTRO, D.S. Perfil social e obstétrico das puérperas de uma maternidade. **Rev enferm UERJ**, v. 15, n. 2, p. 161-7, 2007. Acessado em 04 de setembro de 2024.

RIBEIRO, A.K.F.S *et al.* Aleitamento materno exclusivo: conhecimentos de puérperas na atenção básica. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 96, n. 38, 2022. Acessado em 04 de setembro de 2024.

SAAVEDRA, Maria A.L. et al. Incidência de cólica no lactente e fatores associados: um estudo de coorte. **Jornal de pediatria**, v. 79, p. 115-122, 2003. Acessado em 05 de setembro de 2024.

SUÁREZ-COLETO, M.D.C. *et al.* Breastfeeding knowledge and relation to prevalence. **Rev Esc Enferm USP**, v. 53, 2019. Acesso em: 02 mar. 2024.

UYEDA, M., & Martinez, L. C. B. Os aspectos nutricionais e da enfermagem no processo de amamentação. **Saúde em Foco**, 7(1), 161-170, 2015. Acessado em 04 de setembro de 2024.

ANEXO A - QUESTIONÁRIO Ficha de identificação

Nome:	
Idade:	Número de gestações:
Profissão:	
Estado civil: Casada () Solteira () Viúva divorciado () União estável ()	
Escolaridade: Não alfabetizada () Ensino fundamental () Ensino médio () Ensino superior ()	

QUESTIONÁRIO SOBRE AMAMENTAÇÃO

1. Além do leite materno é necessário dar nos primeiros meses água, chás ou sucos? Mito () verdade ()
2. O uso de chupetas e mamadeiras interfere na amamentação? Mito () verdade ()
3. A pega incorreta do bebê nas mamas pode causar cólicas no bebê? Mito () verdade ()
4. O leite materno fortalece a imunidade do bebê? Mito () verdade ()
5. Mães que amamentam tem menos chances de desenvolver câncer de mama e ovários? Mito () verdade ()
6. Quanto mais a bebê mama, menos leite é produzido? Mito () verdade ()

7. Devem ser estipulados horários para amamentar? Mito () verdade ()
8. O bebê pode ter alergia ao leite? Mito () verdade ()
9. Algumas mães podem produzir leite fraco? Mito () verdade ()
10. Doar leite diminui a produção e interfere na amamentação? Mito () verdade ()

ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada a participar, como voluntária, desta pesquisa e caso concorde em participar, favor assinar ao final do documento.

Sua participação não é obrigatória e, a qualquer momento, poderá desistir e retirar seu consentimento, seu nome, documentos e quaisquer dados de informações pessoais não serão divulgados nesse estudo.

Sua recusa não trará nenhum prejuízo à sua relação com o pesquisador (a) ou com a instituição.

Você receberá uma cópia deste termo com o E-mail de contato da orientadora da pesquisa podendo tirar dúvidas do projeto e de sua participação.

NOME DA PESQUISA: Amamentação: conhecimento das nutrizes acerca dos mitos e verdades

PESQUISADOR (A) RESPONSÁVEL: Amanda Santos, Giovanna S. Mendes, Julia Guinoza

ORIENTADORA: Prof.^a Elaine Christina de Oliveira

EMAIL: echristina1@gmail.com

VOLUNTÁRIO (A)
RG nº

PESQUISADOR (A)