



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO – UNIFAMETRO
CURSO DE ENFERMAGEM**

BARBARA MARIA PEREIRA BARBOSA

**CONSTRUÇÃO DE UM FOLDER EDUCATIVO PARA PROMOÇÃO DO
ALEITAMENTO MATERNO APÓS O RETORNO DA MÃE AO TRABALHO**

FORTALEZA

2023

BARBARA MARIA PEREIRA BARBOSA

CONSTRUÇÃO DE UM FOLDER EDUCATIVO PARA PROMOÇÃO DO
ALEITAMENTO MATERNO APÓS O RETORNO DA MÃE AO TRABALHO

Artigo TCC apresentado ao curso de
Enfermagem da UNIFAMETRO como
requisito para a obtenção do grau de
bacharel, sob a orientação da Prof. Me.
Antônio Adriano da Rocha Nogueira.

FORTALEZA

2023

BARBARA MARIA PEREIRA BARBOSA

CONSTRUÇÃO DE UM FOLDER EDUCATIVO PARA O DESENCORAJAMENTO DO DESMAME PRECOCE

Este artigo científico foi apresentado no dia 29 de junho de 2023 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Enfermagem do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me Antônio Adriano da Rocha Nogueira.
Orientador - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Profa. Ma Samara Gomes Matos Girão
Membro – Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof. Ma Ana Carolina Oliveira e Silva
Membro – Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Para todas as mulheres que já foram julgadas por não se encaixarem nos moldes da sociedade. Espero que tenham resistido e conseguido provar seu valor. Se ainda não; vamos continuar tentando.
– Ariane Fonseca

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais Maria Elizabete Pereira da Silva e Francisco Barbosa da Silva, por estarem comigo durante toda essa caminhada. Sem vocês nada disso seria possível. Obrigada por me levantarem quando eu pensei em desistir. Vocês são minha base e minha força.

A minha tia, Maria Iracilda Pereira da Silva. Que não está mais aqui, mas nunca deixou de me apoiar. Sei que onde estiver, está me guardando.

Ao meu grupo, vocês estiveram ao meu lado nos primeiros anos de curso e foram a minha alegria em dias tristes. Mesmo separados seguimos nos apoiando. Vocês são e sempre serão meu grupão.

A Gabriela Magalhães de Oliveira, a minha pessoa e companheira de curso. Mesmo distante, nunca me deixou desistir. Amiga você é luz e será uma Enfermeira incrível.

Ao meu orientador, Antônio Adriano da Rocha Nogueira, que segue me salvando nos 45 do segundo tempo sempre! O senhor é incrível, obrigada por todo apoio e dedicação.

A Samara Gomes Matos Girão, por ter me abrilhantado com seu conhecimento e feito meus olhos brilhar pelo assunto durante o estágio. A senhora é e faz a diferença!

“Aqueles que acreditam em você mesmo quando você mesmo não acredita mais, são justamente aqueles que você precisa manter por perto.” – O Silêncio das Águas, Brittainy C. Cherry

**CONSTRUÇÃO DE UM FOLDER EDUCATIVO PARA PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO
MATERNO APÓS O RETORNO DA MÃE AO TRABALHO
CONSTRUCTION OF AN EDUCATIONAL FOLDER TO PROMOTE BREASTFEEDING AFTER THE
MOTHER'S RETURN TO WORK**

Barbara Maria Pereira Barbosa¹
Prof. Me. Antônio Adriano da Rocha Nogueira²

RESUMO

A amamentação segue sendo uma das fontes de alimentação mais rica que temos, assim como também a que mais nos protege no início da vida. Apesar de trazer inúmeros benefícios tanto para mãe quanto para o bebê, o desmame precoce no Brasil cresce mais a cada dia. Estima-se que o tempo médio de amamentação é entre 1 a 4 meses, quando não interrompido antes disso, sendo que o recomendado é amamentação exclusiva até os 6 meses. Mas um dos motivos que mais causam o desmame precoce é a volta ao trabalho, então visando desencorajar e informar as alternativas para manter a amamentação. **Objetivo:** Descrever o processo de construção de um folder educativo para promoção do aleitamento materno após a puérpera retornar ao trabalho. **Metodologia:** trata-se de um estudo metodológico, que retrata as etapas de fundamentação, construção e validação de uma tecnologia. Sendo ela, subdividida em etapas: seleção do conteúdo, construção e produção. **Resultado:** percebeu-se que existe duas causas básicas para o desmame precoce, sendo a primeira o mito de que leite materno é fraco e insuficiente na alimentação dos bebês. Já a segunda causa, está atrelada a volta ao trabalho após os seis meses. O folder tem como objetivo principal conversar com essas puérperas que estão voltando ao trabalho e não sabem como continuar a amamentação mesmo estando longe do bebê por um longo período de tempo. **Conclusão:** Conclui-se que o que falta para essas mulheres é informação. Um direcionamento de como podem continuar a alimentar seus filhos, sem precisar abdicar disso, sendo por conta do trabalho ou demais fatores. A falta de informação dessas puérperas corrobora para esse desmame e se não for combatido, a taxa de desmame só vai aumentar mais com passar dos anos.

Palavras-chave: Amamentação. Enfermagem. Desmame precoce. Leite materno. Puerpério. Trabalho.

1 Graduanda do curso de Enfermagem da UNIFAMETRO.

2 Orientador. Profº. Me. do Curso de Enfermagem da UNIFAMETRO.

ABSTRACT

Breastfeeding continues to be one of the richest sources of nutrition we have, as well as the one that most protects us at the beginning of life. Despite bringing numerous benefits for both mother and baby, early weaning in Brazil is growing more every day. It is estimated that the average breastfeeding time is between 1 and 4 months, if not interrupted before that, and exclusive breastfeeding is recommended for up to 6 months. But one of the reasons that most cause early weaning is the return to work, so aiming to discourage and inform alternatives to maintain breastfeeding. **Objective:** To describe the construction process of an educational folder to promote breastfeeding after the puerperal woman returns to work. **Methodology:** this is a methodological study, which portrays the stages of foundation, construction and validation of a technology. It is subdivided into stages: content selection, construction and production. **Result:** it was noticed that there are two basic causes for early weaning, the first being the myth that breast milk is weak and insufficient in feeding babies. The second cause is linked to returning to work after six months. The main objective of the folder is to talk to these puerperal women who are returning to work and do not know how to continue breastfeeding even though they are away from the baby for a long period of time. **Conclusion:** It is concluded that what these women lack is information. A guideline on how they can continue to breastfeed their children, without having to give it up, whether due to work or other factors. The lack of information from these puerperal women corroborates this weaning and if it is not fought, the weaning rate will only increase over the years.

Key words: Breastfeeding. Nursing. Early weaning. Breast milk. Work.

1 INTRODUÇÃO

O aleitamento materno (AM) é a única forma natural de nutrição dos recém-nascidos (RNs) e de fundamental importância para o desenvolvimento do mesmo. O Ministério da Saúde preconiza que o aleitamento seja exclusivo até o sexto mês de vida do bebê. Frente a isso, o aleitamento materno exclusivo (AME) ocorre quando é ofertado ao lactente somente leite materno (de sua mãe ou ordenhado) e não recebe qualquer outro líquido ou alimento sólido, à exceção de vitaminas e outros medicamentos.¹

Quando se fala sobre a amamentação, enfatizamos a sua importância e benefícios para a saúde da puérpera e lactente. Porém, além dessa importância e inúmeros benefícios a saúde da mãe e do bebê, também nos deparamos com os obstáculos que essas mulheres encontram para amamentar seus filhos. Essa nova fase é repleta de dificuldades para mães de primeira viagem ou até mesmo as que já detenham alguma experiência advinda de uma gestação posterior. Dado que cada gestação é diferente uma da outra.

Sabe-se que a deficiência de amamentação e/ou sua interrupção precoce, antes dos quatro meses, bem como a introdução de outros alimentos à dieta da criança, podem ser prejudiciais, resultando em várias consequências importantes para a saúde do bebê, como o risco de infecções, contato com proteínas estranhas que podem desenvolver alergias, maior dificuldade da digestão e absorção de elementos nutritivos etc. Tem-se o AM como uma prática que mais previne mortes infantis, além de promover as saúdes física, mental e psíquica da criança e da mulher que amamenta.²

Acrescenta-se, assim, que a mulher precisa ser assistida e amparada para que possa exercer, a bom termo, o seu novo papel social: o de mulher-mãe-nutriz.³ Destaca-se, que o estado emocional das puérperas que amamentam e trabalham está mais abalado, e com a dificuldades de amamentar surge a culpa, a repressão que elas se impõem por não conseguirem realizar uma tarefa “simples” como amamentar. Então, dado a esse fator e somado a outros sendo alguns deles criados por “tabu” vindo da sociedade, crenças religiosas, problemas fisiológicos envolvendo as mamas ou advindo de alguma patologia desenvolvida na gestação ou anteriormente a ela.

Após o nascimento, a rotina diária da família é alterada, principalmente para puérpera, que adquire, como novo dever, o cuidado com o recém-nascido. Desta forma, o puerpério pode estar atrelado as alterações no padrão de sono, ao sentimento de frustração, a irritação e sensação da vida anterior. As dificuldades que as mulheres vivenciam no pós-parto estão relacionadas aos aspectos culturais, ao apoio familiar e de profissionais de saúde, bem como conhecimento sobre alterações que ocorrem neste período.⁵

Em primigestas, a transição ao papel materno traz consigo reestruturação do ambiente familiar, sentimentos, expectativas, dúvidas e incertezas. Além disso, as principais dificuldades vivenciadas pelas mulheres na primeira gestação dizem respeito ao aleitamento materno e a interpretação e compreensão dos sinais expressos pelo recém-nascido.⁶

Segundo a OMS e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), o AME previne cerca de 6 milhões de mortes infantis por ano. Para a saúde do RN, o leite materno (LM) traz vários benefícios, tais como: proteção contra infecções gastrointestinais, respiratórios e desnutrição. Estima-se que o LM pode prevenir 72% das internações infantis causadas por diarreia e 57% daquelas causadas por infecções respiratórias.³

Alerta-se que, no mundo, somente 35% das crianças recebem aleitamento materno exclusivo (AME) durante os primeiros quatro meses de vida. Infere-se que, no Brasil, dados coletados na última Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher – PNDS-2006 comprovaram que a duração mediana de aleitamento materno exclusivo no país foi de 1,4 meses.¹

Pesquisa de âmbito nacional mostrou que 26,8% das mulheres com filhos menores de 6 meses trabalhando fora estavam amamentando exclusivamente, enquanto que 53,4% daquelas em licença-maternidade e 43,9% das que não trabalhavam fora mantinham esse padrão de amamentação. Entre as mulheres com crianças menores de 1 ano, 81,2% das que não trabalhavam fora estavam amamentando, contra 65% das que trabalhavam fora, evidenciando, assim, o impacto do trabalho materno nas taxas de AM.⁴

Diante disso, não é incomum encontramos puérperas que abdicaram ou

pensam em abdicar da amamentação por conta do estresse emocional, problemas fisiológicos ou até mesmo a volta ao trabalho por ela ser a provedora da casa. Dito isso, essa pesquisa tem como finalidade criar uma tecnologia que converse com essas dificuldades, medos e anseios encontradas no início da puerpério que levem essas mulheres ao desmame precoce.

A tecnologia construída terá como principal foco, evidenciar para essas mães que é desafiadora, mas que elas podem vivenciar elas da melhor maneira possível. Elencando de forma clara e objetiva, sendo de fácil acesso a populações com menos escolaridade e que necessitam dessas informações. Indicando os benefícios da amamentação, malefícios que ela traz quando interrompida e mostrando uma forma que elas possam conciliar o trabalho e o cuidado com essa nova vida que depende 100% dela.

A capacitação de pais e demais familiares no cuidado pós-parto é fundamental, assim como o esclarecimento de dúvidas, medos e inseguranças, tornando-os independentes, responsáveis e imponderados para prestar o melhor cuidado ao recém-nascido. Identificar as dificuldades que as mães vivenciam no puerpério, permite o desenvolvimento de ações em saúde, não apenas para auxiliá-las no cuidado qualificado, como também para proporcionar que a passagem deste período ocorra com confiança.

A fase da vida que a puérpera passa a vivenciar é um processo de incorporação da nova condição, tanto para as primíparas quanto para múltiparas, vendo-se forçadas a rever o papel de mulher e agregar uma nova responsabilidade, a de mãe e cuidadora. A ausência de habilidades e a grandes quantidades de afazeres para o bem-estar do recém-nascido e da família, associados a insegurança de não desempenhar um papel afetivo, e o pouco estímulo demonstrado pelos familiares no auxílio a este enfrentamento, geram sentimentos negativos na prática da nova rotina.⁶

Este estudo teve como objetivo descrever o processo de construção de um folder educativo para promoção do aleitamento materno após o retorno da mãe ao trabalho. Para o que se acredita que essa tecnologia visa mostrar as essas lactentes maneiras de evitar esse desmame, mostrando que os sentimentos conflitantes que surgem nessa época são normais. Que a volta ao trabalho não precisa ser um empecilho para que elas deixem de amamentar seus filhos.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo e fase de estudo

Trata-se de estudo do tipo metodológico, o qual se refere a investigações sobre métodos, organização e análise de dados, que visam elaborar, validar e avaliar instrumentos e técnicas de pesquisa (POLIT; BECK; 2011).

O presente estudo foi idealizado visando a construção de uma tecnologia educativa sendo ela um folder informativo voltado para mulheres que estão amamentando e se preparando para a voltar ao trabalho após os seis meses. Então, essa tecnologia tem como objetivo informar essas puérperas acerca de como evitar o desmame precoce ocorra com essas lactentes.

Segundo Lima (2011), o estudo metodológico é composto de três fases: fundamentação teórica, construção da tecnologia e validação. Diante disso, esse estudo abordou apenas duas fases: fundamentação e construção, subdivididas em três etapas: Seleção do conteúdo, Construção e Produção, conforme apresentado na figura 1. A etapa de validação desta tecnologia será abordada futuramente em outro estudo.

A figura 1 - passos da elaboração da tecnologia educativa.

Fonte: Elaborado pela autora, 2023.

2.2 Coleta de dados

A primeira etapa, consistia na coleta de artigos a partir das bases de dados usando os seguintes descritores: enfermagem, leite materno, desmame precoce,

amamentação, puerpério e trabalho. A primeira base, foi a Portal Scientific Electronic Library Online (SciELO), usando as combinações dos descritores apresentados no Quadro 1.

Na biblioteca da SciELO conseguimos direcionar os descritores, tal qual como a área em que desejamos, sendo selecionado o filtro “enfermagem” durante as pesquisas para redirecionar as pesquisas somente para esse seguimento da saúde. Tendo assim, um total de 77 artigos relacionados aos descritores e a área selecionada.

Na Lilacs, os descritores que usamos fizeram uma busca completa em todas as áreas da saúde, não sendo possível redirecionar as pesquisas somente para âmbitos da Enfermagem. Contudo, os descritores combinados mostraram um total de 1.004 artigos.

A Base de Dados da Enfermagem (BDENF) mostraram durante as pesquisas com descritores apresentados no Quadro 1, um total de 136 artigos. Tendo sido a base de dados que mais mostrou artigos relevantes, mas como também recém publicados.

Tabela 1. Estratégias de busca e bases de dados.

Estratégia de busca	Base de dados	Nº de artigos
(desmame precoce) AND (trabalho) + filtro “enfermagem”	SciELO	5
(leite materno) AND (amamentação) + filtro “enfermagem”	SciELO	30
(amamentação) AND (trabalho) + filtro “enfermagem”	SciELO	22
(desmame precoce) AND (amamentação) + filtro “enfermagem”	SciELO	17
(puerpério) AND (leite materno) + filtro “enfermagem”	SciELO	3
(amamentação) AND (Trabalho)	Lilacs	32
(desmame precoce) and (leite materno)	Lilacs	48
(amamentação) and (leite materno)	Lilacs	399
(puerpério) and (leite materno)	Lilacs	37
(desmame precoce) and (amamentação)	Lilacs	476
amamentação [Palavras] and trabalho [Palavras]	Base de Dados da Enfermagem – BDENF	12
desmame precoce [Palavras] and amamentação [Palavras]	Base de Dados da Enfermagem – BDENF	9

Continua.

Continuação.

puerpério [Descritor de assunto] and leite materno [Descritor de assunto]	Base de Dados da Enfermagem – BDEF	2
desmame precoce [Palavras] and amamentação [Palavras]	Base de Dados da Enfermagem – BDEF	89
leite materno [Palavras] and amamentação [Palavras]	Base de Dados da Enfermagem – BDEF	24

Fonte: autora 2023;

2.3 Análise dos dados

Nas buscas, com os descritores, encontramos ao todo um total de 1.217 artigos que abordavam os temas propostos nas palavras chaves. Contudo, após analisar os artigos, fizemos uma catalogação, e dessa catalogação foi extraído 31 artigos para servir como fonte de pesquisa para a construção do folder.

Sendo assim, dos 31 artigos pré-selecionados, fizemos uma segunda leitura e optamos por incluir somente 10 deles para o embasamento teórico do folder, citados na tabela 2. Os referidos artigos, tem em comum palavras encontradas nos descritores, como também fazem alusão a outros assuntos que se correlacionam com o que procuramos, sendo eles: promoção, prolongamento da amamentação, dificuldades e etc.

Tabela 2. Artigos usados na elaboração do folder;

Título	Base de dados	Tipo de estudo	Ano
PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO NA ASSISTÊNCIA PRÉ-NATAL PELO ENFERMEIRO	Revista de Enfermagem – UFPE	estudo descritivo	2019
MOTIVAÇÕES PARA O PROLONGAMENTO DA AMAMENTAÇÃO	Acta Paul Enferm.	Estudo qualitativo	2020
ANSIEDADE MATERNA E SUA INTERFERÊNCIA NA AUTOEFICÁCIA PARA AMAMENTAÇÃO	Acta Paul Enferm.	Estudo de coorte prospectivo	2023
A INFLUÊNCIA DO RETORNO AO TRABALHO NO ALEITAMENTO MATERNO DE TRABALHADORAS DA ENFERMAGEM	Escola Anna Nery	Estudo qualitativo	2022
FATORES ASSOCIADOS AO DESMAME PRECOCE E PADRÃO ESPACIAL DO ALEITAMENTO MATERNO EM TERRITÓRIO NA ZONA DA MATA DE PERNAMBUCO, BRASIL	Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil	Estudo analítico transversal	2022
FACILIDADES E DIFICULDADES ENCONTRADAS PELAS PUÉRPERAS PARA AMAMENTAR	Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental	Estudo descritivo exploratório de cunho qualitativo.	2018
FATORES RELACIONADOS AO DESMAME PRECOCE DO ALEITAMENTO MATERNO	Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade	Pesquisa exploratória	2018
PREVALÊNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO E FATORES DE RISCO	Revista Saúde e Pesquisa	estudo quantitativo	2018

Continua.

Continuação.

EFEITOS DE UMA TECNOLOGIA EDUCATIVA NA AUTOEFICÁCIA PARA AMAMENTAR E NA PRÁTICA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO AOS DOIS MESES DE VIDA DA CRIANÇA	Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Faculdade de Farmácia, Odontologia	ensaio clínico controlado randomizado	2014
DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE UM <i>FOLDER</i> EDUCATIVO PARA COLETA DE ESCARRO DA TUBERCULOSE PULMONAR	Revista Brasileira de Enfermagem (REBEn)	estudo metodológico	2022

2.3 Produção e construção

A proposta inicial para o tema do folder educativo é “Trabalho, ainda posso amamentar?”. O conteúdo do folder foi selecionado a partir de uma revisão de literatura, com uma busca ativa de periódicos que relataram os motivos que mais levaram as lactentes a desistirem da amamentação.

O folder foi todo desenvolvido pensado para atender as demandas das puérperas e construído usando o aplicativo Canva. A construção do mesmo seguiu por trazer cores que remetesse feminilidade, aconchego e maternidade, tendo como cor principal o rosa claro, associado a um rosa mais escuro trazendo um contraste chamativo para quem ver de primeira. Foram usados somente dois padrões de fonte, assim como o uso de palavras em negrito para destacar informações importantes adjuntas do uso de muitas ilustrações e fotografias.

O uso de imagens intenciona facilitar o entendimento, como também fixar na mente das puérperas ou cuidadores as informações que terão acesso no folder. Buscou-se usar uma linguagem clara, menos técnica para que seja de fácil acesso a mães ou círculo familiar com menos escolaridade. Fazendo uso de palavras como “peitos” e “bicos” na hora de descrever as informações, já que são palavras usadas no dia a dia dessas puérperas. Apresentando um texto que seja acessível e de fácil compreensão, visando atingir a parcela das puérperas que carecem de informações adequadas.

2.4 Aspectos éticos

Esse estudo não precisou passar por um comitê de ética, pois não houve pesquisa direta com pessoas, sendo um estudo apenas consultando bases de dados e construção de um folder informativo. Não obstante, foi garantido o direito de autoria dos conteúdos extraídos da pesquisa bibliográfica, ao assegurar a inclusão dos autores nas referências bibliográficas. Além disso, foram incluídos na ficha técnica do folder os nomes de designer gráfico e outros possíveis colaboradores no processo de construção da tecnologia.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As pesquisas realizadas nas bases de dados *Scielo* ; *Lilacs*; Base de Dados da Enfermagem (BDENF); usando os descritores: amamentação, puerpério, leite materno, trabalho e desmame precoce mostraram um total de 1.217 pesquisas relacionadas a temática. Selecionamos 10 artigos para coleta de dados sobre o que desencoraja a amamentação de diversas puérperas depois que voltam ao trabalho.

Na coleta de dados nos deparamos com puérperas que afirmaram não saber como ou quando poderiam amamentar seus filhos, e que por isso, muitas optam pelo desmame precoce, inserindo a fórmula ou derivados na alimentação dos bebês.

Segundo Heuler (2018), a primeira maior causa do desmame precoce ocorre por conta que diversas puérperas acreditam que o leite materno é fraco e insuficiente na alimentação dos bebês, pois algumas seguem crenças ou opiniões de pessoas mais velhas que detém o tal do “conhecimento da vida”. Fazendo assim com que muitas delas desistam de amamentar. A segunda maior causa já é a volta ao trabalho após os 6 meses, sendo esse o foco do folder, tendo em vista que muitas alegam não saber como seguir amamentando o bebê estando afastada durante uma jornada de trabalho de 8 horas.

Enfatizou-se que o leite materno se apresenta nos primeiros dias de lactação, em aparência bem fina e clara, o que só aumenta essa crença de leite fraco. Sabe-se que esse primeiro leite nada mais é que o colostro, rico em imunoglobulinas, nutrientes e concentrado e, por ser rico em imunoglobulinas (anticorpos), o bebê amamentado

garante sua proteção contra infecções nos primeiros dias de vida, evitando mortes precoces. Acrescenta-se, sem contar sobre os outros benefícios, que o leite materno possui todos os nutrientes essenciais para o crescimento e o desenvolvimento saudável do bebê, sendo capaz, sozinho, de suprir todas as necessidades nutricionais até os seis meses de idade, e continua sendo muito importante até o segundo ano de vida da criança.¹

De acordo com o Ministério da Saúde (2019), existe hoje um déficit enorme no que se diz respeito a retirada do leite para continuação da amamentação mesmo a mãe estando longe. Mostrando como a desinformação leva muitas delas ao desmame precoce por não ter informações simples sobre como funciona o processo de retirada do leite, sendo também um fator o nível de escolaridade dessas puérperas um causador desse desmame.

O folder foi construído visando desencorajar o desmame precoce, pegando a partir do ponto que mais corrobora para esse processo, que é a falta de informação correta e a volta ao trabalho dado que muitas dessas mães são as provedoras do lar. A desinformação hoje, leva não somente ao desmame, mas como também a introdução cedo de alimentos, água e etc. Sendo assim, essa tecnologia visa auxiliar essas mães nesse processo tão difícil que é conciliar trabalho e maternidade.

Elaboração do folder

A construção desse folder se deu a partir de estudos que afirmam, que folders educativos são uma fonte mais rápida de informação e que prendem mais a atenção do público-alvo quando bem desenvolvido. Sendo assim, uma fonte de informação segura e rápida, mas também de fácil acesso a várias pessoas e com uma linguagem clara e objetiva. Partindo desse princípio e visando ser uma fonte de informação que as puérperas possam ter em mãos de forma simples e rápida, o folder foi construído como uma forma de levar essas informações as essas puérperas e que lhe auxiliem sempre que elas necessitarem.

O folder foi construído através do aplicativo Canva, usando tamanho 29,7 X 21 cm, sendo um folder de três dobras e dupla face. A escolha de cores foi pautada

em buscar por acolhimento, feminilidade e maternidade, usando tons de rosas que são cores que passam essas sensações que buscávamos.

Na capa, destacou-se um título em tamanho 42, com fonte *The Seasons*, sendo uma letra mais curvada e em Negrito, para que a frase “**Trabalho, ainda posso amamentar?**” ficasse em destaque e chama-se a atenção de quem ver num primeiro instante. Visto que essa é uma pergunta que muitas mães se fazem quando estão perto da volta ao trabalho.

Adicionou-se a imagem de uma mãe amamentando para dar foco ainda mais no assunto do folder, associado a um texto convidativo, convidando essa mãe para ler o folder usando da frase “O que toda mãe de bebê precisa saber sobre o aleitamento materno!”, em tamanho 15, na mesma fonte do título.

Figura 1: Capa do folder;



Fonte: autora e foto da amamentação sendo do banco de imagens do *Canva*;

A página 2, contém um QR code que abrirá uma site com o texto de apresentação do conteúdo que será encontrado no folder e uma reafirmação de que sim, elas podem continuar a amamentar o bebê mesmo não estando com ele durante o dia. Reforçado os benefícios da amamentação, tanto para mãe quanto para o bebê,

usando a fonte Arial, tamanho 15, adjunto de um quadro num tom de rosa mais escuro para destacar essas informações.

Segundo a OMS e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), o AME previne cerca de 6 milhões de mortes infantis por ano. Para a saúde do RN, o leite materno (LM) traz vários benefícios. Estima-se que o LM pode prevenir 72% das internações infantis causadas por diarreia e 57% daquelas causadas por infecções respiratórias. ²

Figura 2: folha de apresentação;



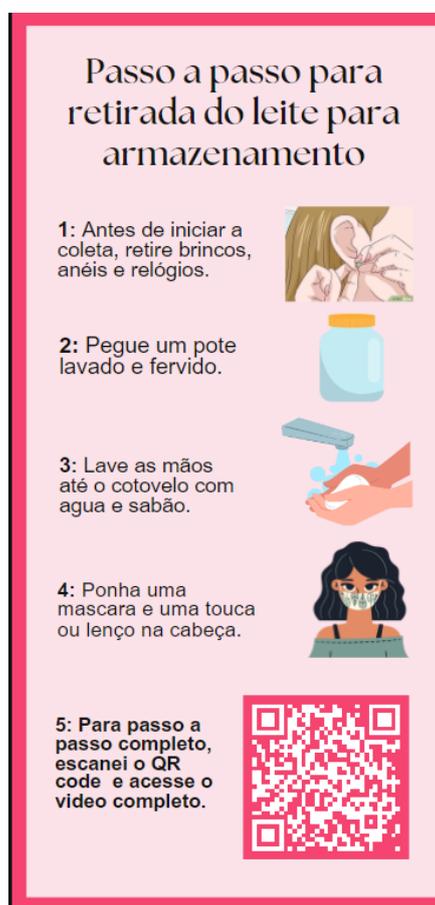
Fonte: autora 2023;

Na página 3, foram demonstrado o passo a passo inicial para a retirada do leite para amamentação, e adicionado um QR code com um vídeo do Youtube ilustrativo mostrando a técnica correta. Segundo o Ministério da Saúde (2022), é de extrema importância que a

técnica seja feita de forma asséptica, segura para que o leite não seja contaminado. Pensando nisso, optamos por inserir um vídeo que fosse de fácil compreensão, e que pudesse ser associado ao conteúdo do folder.

O vídeo e o folder não contêm termos técnico que dificultassem o entendimento. Ambos usam palavras como “peitos e bicos” para que mães com menos instrução escolar entenda o que é passado. As ilustrações usadas no folder foram retiradas do próprio *Canva* e servem para exemplificar e facilitar o entendimento, dado que uma imagem ou ilustração prende a atenção se associadas ao texto. A fonte segue sendo a mesma, Arial, tamanho 14 e colocamos algumas palavras em negrito para destacar as etapas da coleta.

Figura 3: Retirada do leite para armazenamento;



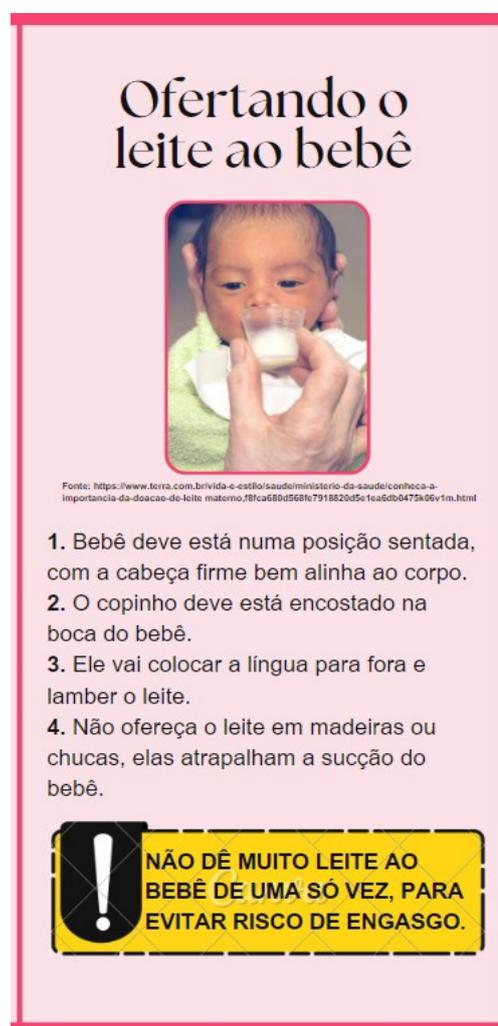
Fonte: autora 2023; Ilustrações: Canva 2023;

Na página 4, colocamos a forma correta de ofertar o leite ao bebê. De acordo com Ministério da Saúde, preconiza-se que seja dado ao leite num copinho de plástico, evitando o uso de mamadeiras. A utilização constante do bico da mamadeira pode

causar problemas de má formação somado aos danos a sucção do bebê, pois os bicos os tornam “preguiçosos” e com tempo eles tendem a não sugar mais da forma correta.

Descrevemos esse passo a passo mantendo a mesma linguagem clara e objetiva para que as puérperas ou cuidadores consigam entender. Colocando em cima da descrição uma foto da posição em que bebê deve estar. E destacamos uma caixa de aviso, com uma alerta para que a mãe ou cuidador não ofereça leite demais ao bebê para evitar risco de engasgo. Destacamos as etapas em negrito, seguindo o mesmo padrão de fonte.

Figura 4: Ofertando leite ao bebê;



Ofertando o leite ao bebê



Fonte: <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude/ministerio-da-saude/conheca-a-importancia-da-doacao-de-leite-materno.f8fca680d568fe791820d5e1ea5db0475a06v1m.html>

- 1.** Bebê deve estar numa posição sentada, com a cabeça firme bem alinhada ao corpo.
- 2.** O copinho deve estar encostado na boca do bebê.
- 3.** Ele vai colocar a língua para fora e lamber o leite.
- 4.** Não ofereça o leite em madeiras ou chucas, elas atrapalham a sucção do bebê.

! NÃO DÊ MUITO LEITE AO BEBÊ DE UMA SÓ VEZ, PARA EVITAR RISCO DE ENGASGO.

Fonte: autora 2023; Foto do bebê: site da UOI;

Na página 5, foi adicionado um QR code listando alguns cuidados que a mãe e cuidador devem ter ao manusear o leite. Descrivendo a forma correta de descongelar ou amornar o leite, assim como o que eles não devem fazer ao manusear o leite. Reforçando novamente o alertar para o uso da mamadeira e os métodos de ofertar o

leite. Abaixo, colocamos os números dos bancos de leite que são referência no estado do Ceará, como uma forma de incentivar as mães que doem leite, tenham dúvidas ou um grande volume de leite possa doar para outros recém nascidos.

Figura 5: Cuidados na hora de ofertar o leite;

**Cuidados na hora
de ofertar o leite**



Onde doar leite materno?

Hospital Geral Dr. César Cals	Maternidade Escola Assis Chateaubriand
(85) 3101-5367	(85) 3366-8509
Hospital Geral de Fortaleza	Hospital Regional Norte
(85) 3101-3335	(88) 3677-9467
Hospital São Vicente de Paula	Hospital Infantil Albert Sabin
(88) 3532-7100	0800 280-4169
Hospital e Maternidade São Lucas	Hospital Geral de Maracanaú
(88) 3511-4742	(85) 3521-5545
Hospital Jesus Maria José	
(88) 3412-0681	

Fonte: autora 2023;

A fonoaudióloga Yannine Nery (2020), ressalta que o uso de mamadeiras e bicos causam mais malefícios do que benefícios aos bebês. Dado que elas atrapalham o processo de sucção, como também são causadores de más formações, infecções quando não bem higienizados. O uso contínuo desses bicos, podem causar o que Yannine (2020) chama de “confusão de bicos” que é quando o bebê passa a confundir

os processos de quando for mamar, fazer a sucção errada no seio da mãe. Além de causar uma hipotonia da musculatura orofacial, acarretando em problemas de desenvolvimentos.⁵

E buscamos também incentivar a doação desse leite para crianças que precisam dessa alimentação. Assim como deixar referências que essas mães podem buscar em casos de dúvidas ou até mesmo em alguma ocorrência no processo de retirada do leite.

Orientações referentes ao armazenamento do leite materno foram incluídas no folder, conforme ilustra a figura 6.

Figura 6: Cuidados com armazenamento de leite.



Fonte: autora 2023;

Na página 6, colocamos algumas informações retiradas do site do Ministério da Saúde (2020) acerca da forma correta de armazenar o leite para amamentar em outros dias, assim como também a forma de lavagem, enxague e etiquetagem dos potes em que ficarão o leite no congelador. Destacando o tempo de conservação para amamentação no mesmo dia e nos dias seguintes, como também o tempo que pode ser congelado para doação. Colocamos também em destaque o tempo de conservação e os dias que podem ser armazenamento.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a elaboração do folder e a análise dos artigos, foi possível detectar que existem dois fatores que se sobressaem quando falamos de desmame precoce, que são a volta ao trabalho associada à desinformação. Estudos apontam que muitas mulheres não tem acesso à informação sobre como se manter amamentando com a volta ao trabalho e que isso acarreta diretamente nos desmame muito antes dos seis meses recomendado.

O apoio à amamentação no local de trabalho é citado na literatura como um importante fator que influencia a continuidade do AM após o retorno da mulher ao trabalho. Apesar da importância do trabalho materno como fator de risco à manutenção do AM, há poucos estudos publicados sobre o assunto, sobretudo no Brasil. Pouco se conhece acerca das dificuldades e facilidades relacionadas à continuidade do AM após o retorno das mulheres ao trabalho. ⁴

Conclui-se que o que falta para essas mulheres é informação. Um direcionamento de como podem continuar a amamentar seus filhos, sem precisar abdicar disso, sendo por conta do trabalho ou demais fatores. O folder vem como uma forma de direcionar essas mulheres e mostrar que a maneiras delas manterem esse vínculo, que não só traz benefícios para ela, mas como também os bebês.

A volta ao trabalho não pode continuar sendo o vilão da amamentação! É preciso informar e direcionar essas puérperas para locais especializados ou até mesmo para os postos de saúde, que já no pré-natal conseguem sanar essas dúvidas e mostrar soluções. Informação é chave, sem informações corretas o desmame precoce irá continuar e deixar de beneficiar vários bebês e suas mães.

REFERÊNCIAS

1. SARDINHA, Daniele Melo et al. Promoção do aleitamento materno na assistência pré-natal pelo enfermeiro. Rev. enferm. UFPE on line, p. 852-857, 2019.
2. Andrade HS, Pessoa RA, Donizete LCV. Fatores relacionados ao desmame precoce do aleitamento materno. Rev Bras Med Fam Comunidade. 2018;13(40):1-11. [http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc13\(40\)1698](http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc13(40)1698).

3. Urbanetto PDG; Gomes GC; Costa AR; et al. Facilidades e dificuldades encontradas pelas puérperas para amamentar. *Rev Fund Care Online*. 2018 abr/jun; 10(2):399-405. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2018.v10i2.399-405>.
4. MENDES, Michele Saraiva et al. Fatores associados à continuidade do aleitamento materno por 12 meses ou mais em mulheres trabalhadoras de um hospital geral. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 5851-5860, 2021.
5. FONSECA, Elieth Lessa. **A experiência da família ao cuidar de bebês nascidos com baixo peso nos primeiros seis meses após a alta hospitalar**. 2009. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Maringá.
6. COSTA, Lediana Dalla et al. Dificuldades maternas no cuidado domiciliar a recém-nascidos. 2020.
7. VIANA, Radmila Alencar et al. Aleitamento materno: desmistificando esse ato de amor como uma abordagem na promoção da saúde. *Revista da ABENO*, v. 14, n. 1, p. 38-46, 2014.
8. PRIOLE, Pâmela; VALLE, Leonardo Dalla; MIGLIORINI, Walter José Martins. Saúde mental e fatores emocionais nas campanhas brasileiras da Semana Mundial de Aleitamento Materno. **Boletim de Psicologia**, p. 49-63, 2014.
9. ALVES, Leylla Lays et al. Prevalência do aleitamento materno exclusivo e seus fatores de risco. **Saúde e Pesquisa**, v. 11, n. 3, p. 527-534, 2018.
10. JAVORSKI, Marly et al. Efeitos de uma tecnologia educativa na autoeficácia para amamentar e na prática do aleitamento materno exclusivo. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 52, 2018.
11. BRÁULIO, Thaís Isidório Cruz et al. Conhecimento e atitudes paternas acerca da importância do aleitamento materno. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021.
12. DIAS, Ana Luiza Perez Olivé; HOFFMANN, Caroline Cezimbra; CUNHA, Maria Luzia Chollopetz da. Aleitamento materno de recém-nascido prematuro em unidade de internação neonatal. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 44, p. e20210193, 2023.
13. SANTOS, Márcia Vieira dos et al. Promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno no espaço prisional: uma scoping review. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, p. 2689-2702, 2022.
14. PERES, Janaine Fragnan et al. Percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno. **Saúde em Debate**, v. 45, p. 141-151, 2021.
15. ARISTIZÁBAL, Lilibian Yanet Gómez; THEME FILHA, Mariza Miranda. Violência física contra a mulher pelo parceiro durante a gravidez e sua relação com o aleitamento materno. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 22, p. 247-255, 2022.
16. SANTOS, Vanessa Luciani et al. Fatores sociodemográficos e obstétricos associados à interrupção do aleitamento materno em até 45 dias pós-parto-*Estudo de Coorte Maternar*. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, p. 575-586, 2021.
17. FREITAS, Daniele Azevedo Kanan de et al. Determinantes para a interrupção do aleitamento materno exclusivo aos 30 dias de vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, p. e2021096, 2022.

18. SILVA, Mariana Mesquita et al. Construção e validação de tecnologia educacional para promoção do aleitamento materno no período neonatal. **Escola Anna Nery**, v. 25, p. e20200235, 2020.
19. HERNÁNDEZ, María Isabel Nuñez; RIESCO, Maria Luiza. Abandono do aleitamento materno exclusivo em mães adolescentes: um estudo de coorte em serviços primários de saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, 2022.
20. REIS, Lúgia Cardoso dos; ROMANELLI, Kátia Iared Sebastião; SERRA, Giovanna Luisi. Promoção ao Aleitamento Materno nos Centros de Educação Infantil do município de São Paulo. **Saúde em Debate**, v. 46, p. 297-309, 2023.
21. ALMEIDA, Lourdes Maria Nunes et al. A influência do retorno ao trabalho no aleitamento materno de trabalhadoras da enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 26, 2021.
22. HOLANDA, Eliane Rolim de; SILVA, Isabela Lemos da. Fatores associados ao desmame precoce e padrão espacial do aleitamento materno em território na Zona da Mata de Pernambuco, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 22, p. 803-812, 2023.
23. FONSECA, Luciana Mara Monti et al. Cartilha educativa para orientação materna sobre os cuidados com o bebê prematuro. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 12, p. 65-75, 2004.
24. LUTTERBACH, Flavia Gama Corrêa; SERRA, Giane Moliari Amaral; SOUZA, Thais Salema Nogueira de. Amamentação como um direito humano: construção de material educativo pela voz das mulheres. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 27, p. e220093, 2023.
25. CHRISTOFFEL, Marialda Moreira et al. Aleitamento materno exclusivo e os profissionais da estratégia saúde da família. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, 2021.
26. MARTÍNEZ-POBLETE, Gloria; OSSA, Ximena. Motivações para o prolongamento da amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, 2020.
27. ABUCHAIM, Erika de Sá Vieira et al. Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, 2023.
28. MOREIRA, Maria de Fátima; NÓBREGA, Maria Miriam Lima da; SILVA, Maria Iracema Tabosa da. Comunicação escrita: contribuição para a elaboração de material educativo em saúde. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 56, p. 184-188, 2003.
29. SILVA, Karine Nascimento da et al. Desenvolvimento e validação de um folder educativo para coleta de escarro da tuberculose pulmonar. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 76, 2022.
30. Camargo, Luís Marcelo Aranha, Silva, Romeu Paulo Martins, & Meneguetti, Dionatas Ulises de Oliveira. (2019). Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de coorte ou coorte prospectivo e retrospectivo. *Journal of Human Growth and Development*, 29(3), 433-436. <https://dx.doi.org/10.7322/jhgd.v29.9543>.
31. Hochman B, Nahas FX, Oliveira Filho RS, Ferreira LM. Desenhos de pesquisa. *Acta Cir Bras* [serial online] 2005;20 Suppl. 2:02-9. Disponível em URL: <http://www.scielo.br/acb>.
32. Rocci, Eliana e Fernandes, Rosa Aurea Quintella. Dificuldades no aleitamento materno e influência no desmame precoce. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 2014, v. 67, n. 1

- [Acessado 3 Dezembro 2021] , pp. 22-27. Disponível em: <<https://doi.org/10.5935/0034-7167.20140002>>. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.5935/0034-7167.20140002>.
33. Hochman B, Nahas FX, Oliveira Filho RS, Ferreira LM. Desenhos de pesquisa. *Acta Cir Bras* [serial online] 2005;20 Suppl. 2:02-9. Disponível em URL: <http://www.scielo.br/acb>
 34. Moraes, Isanete Coelho de, Sena, Nayara de Lima, Oliveira, Hyana Kamila Ferreira de, Albuquerque, Firmina Hermelinda Saldanha, Rolim, Karla Maria Carneiro, Fernandes, Henriqueta Ilda Verganista Martins, & Silva, Nair Chase da. (2020). Percepção sobre a importância do aleitamento materno pelas mães e dificuldades enfrentadas no processo de amamentação. *Revista de Enfermagem Referência, serV(2)*, e19065. <https://doi.org/10.12707/RIV19065>
 35. Almeida, Lourdes Maria Nunes et al. A influência do retorno ao trabalho no aleitamento materno de trabalhadoras da enfermagem. *Escola Anna Nery* [online]. 2022, v. 26 [Acessado 3 Dezembro 2021] , e20210183. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0183>>. Epub 25 Out 2021. ISSN 2177-9465. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0183>.
 36. Leite, Adriana Moraes, Silva, Isília Aparecida e Scochi, Carmen Gracinda SilvanComunicação não-verbal: uma contribuição para o aconselhamento em amamentação. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* [online]. 2004, v. 12, n. 2 [Acessado 3 Dezembro 2021] , pp. 258-264. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-11692004000200016>>. Epub 19 Maio 2004. ISSN 1518-8345. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692004000200016>.
 37. Paiva, Simone de Sousa e Galvão, Marli Teresinha GimenezSentimentos diante da não amamentação de gestantes e puérperas soropositivas para HIV. *Texto & Contexto - Enfermagem* [online]. 2004, v. 13, n. 3 [Acessado 3 Dezembro 2021] , pp. 414-419. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-07072004000300011>>. Epub 28 Mar 2011. ISSN 1980-265X. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072004000300011>.