

ROTEIRO DE OFICINA PARA CAPACITAR
ACADÊMICOS DA ÁREA DE CIÊNCIAS DA
SAÚDE NO ACONSELHAMENTO DO
ALEITAMENTO MATERNO



Elaboração: Claudia Regina Oliveira da Costa
Rosane M.S. de Meirelles

1ª Edição



Volta Redonda
2013



Claudia Regina Oliveira da Costa
Rosane M.S. de Meirelles

ROTEIRO DE OFICINA PARA CAPACITAR
ACADÊMICOS DA ÁREA DE CIÊNCIAS DA
SAÚDE NO ACONSELHAMENTO DO
ALEITAMENTO MATERNO

1ª Edição



Volta Redonda
2013

*“A boquinha se abre obedecendo à fome”.
A mãe a aperta contra o seio.
A busca chegou ao fim: há o encontro...
A boca suga, o leite escorre; tem início a mágica operação.
O corpo apreende seu primeiro prazer,
que será metáfora de todos os outros...”*

Rubem Alves

Apresentação

O leite materno é tido como “padrão-ouro” para alimentar recém-nascidos, sendo recomendado de forma exclusiva até o sexto mês de vida e complementado até os dois anos ou mais. É o alimento completo para o crescimento e desenvolvimento neuro-psico-motor das crianças, protegendo-as de infecções, alergias, na prevenção de doenças crônicas como doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, câncer, osteoporose, além de ser ecologicamente correto; entretanto, a duração do aleitamento materno é influenciada de forma decisiva pelo modo como as nutrizes são apoiadas para vencer as dificuldades que se apresentam no decorrer da amamentação.

Evidências científicas atestam a necessidade de todos os profissionais de saúde conhecer os conceitos corretos sobre amamentação, pois sua atuação (ou omissão) pode ser decisiva para o sucesso ou fracasso das mulheres nessa nobre missão.

Sabendo-se que a formação do profissional, na graduação, em relação ao aleitamento materno precisa ser mais atendida, elaboramos este roteiro de oficina como forma de contribuir para a discussão do conteúdo curricular referente ao tema em questão. Desta forma, os futuros profissionais de saúde, que também poderão vir a ser pais e mães, se engajam no esforço de promover o aleitamento materno e, com isso, contribuir para uma melhor qualidade de vida das famílias.

Boa leitura!

Claudia Regina Oliveira da Costa

Sumário

1	Considerações iniciais	8
2	Objetivo da oficina	9
3	Público alvo	9
4	Duração da oficina	9
5	Número de participantes	9
6	Referencial teórico	9
7	Metodologia	10
8	Cronograma da oficina	16
9	Materiais necessários	18
10	Considerações finais	19
	Referências bibliográficas	20
	Sites recomendados	22
	ANEXO 1	23

Lista de figuras

Figura 1	Capa do Álbum Seriado: Promovendo o Aleitamento Materno	12
Figura 2	Sumário do Álbum Seriado	12
Figura 3	Álbum Seriado página número 3	13
Figura 4	Texto referente à página nº 4 do Álbum Seriado	13
Figura 5	Álbum Seriado página nº 5	14
Figura 6	Filme Amamentação: muito mais do que alimentar a criança	14
Figura 7	Seio de pano	15
Figura 8	Seio de pano por dentro	15

1. Considerações Iniciais

As oficinas são momentos educativos que visam aplicar conteúdos diversos, de modo a facilitar o processo de aprendizagem dos indivíduos. Possui algumas características que devem ser destacadas. Apresentamos a seguir quatro características que definem uma Oficina Educativa (SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE E DEFESA CIVIL, 2007):

- Baseia-se na vivência – valoriza e têm como conteúdo as relações sociais, a história de vida e o imaginário pessoal, familiar e social, os desejos, os valores, os sentimentos, as expectativas daquele grupo, propõe trocas de experiência;
- Funciona com participação – as pessoas falam, ouvem, realizam tarefas, propõem;
- Estimula a solidariedade – as pessoas trabalham em equipe; ajudam-se mutuamente, respeitam as diferenças;
- Promove a reflexão – as pessoas constroem e desconstroem definições, conceitos, valores, referências.

Para a realização de uma oficina, sugerimos um roteiro que contempla o ambiente em que será realizada, os recursos auxiliares, os materiais utilizados, o quantitativo de pessoas, o tempo de duração, a execução propriamente dita.

2. Objetivos da oficina:

1. Capacitar acadêmicos da área de ciências da saúde no manejo clínico do aleitamento materno.
2. Capacitar acadêmicos da área de ciências da saúde para a utilização dos referenciais da educação crítico-reflexivo no ensino do aleitamento materno.
3. Refletir sobre a importância do profissional de saúde na promoção e manutenção do aleitamento materno exclusivo até o 6º mês de vida.

3. Público Alvo

Constitui como público alvo desse roteiro de oficina, acadêmicos da área de Ciências da Saúde.

4. Duração da Oficina

A duração da oficina é de 8 horas (4h/aula).

5. Número de participantes

O número de participantes da oficina é de 20 acadêmicos, além do professor que realiza a oficina educativa.

6. Referencial Teórico

*Não temos condição de ensinar nada às pessoas;
só podemos ajudá-las a descobrir o que já está nelas.*

Galileu Galilei

A Teoria da Aprendizagem significativa de Ausubel (2003), afirma: descubra o que o aluno já sabe e tome isso como base para iniciar o processo de aprendizagem. Um novo conceito é aprendido de forma significativa quando interage com os conhecimentos prévios, especificamente relevantes, existentes

na estrutura cognitiva do aprendiz e este, por sua vez, se dispõe a construir redes de relações que possibilitem a utilização destes conceitos em novas situações.

A aprendizagem é significativa quando novos conhecimentos (conceitos, ideias, proposições, modelos, fórmulas) passam a significar algo para o aprendiz, quando ele ou ela é capaz de explicar situações com suas próprias palavras, quando é capaz de resolver problemas novos (MOREIRA, 2003).

Educação crítico- reflexiva

Aprendizagem significativa



Prática pedagógica problematizadora



- Integral
- Contextualizada
- Considera o conhecimento prévio
- Profissionais são co-responsáveis pela construção do próprio conhecimento

7. Metodologia

A capacitação dos acadêmicos da área de ciências da saúde no aconselhamento do aleitamento materno é presencial, utilizando técnicas pedagógicas pró-ativas, sendo dividida em 5 momentos:

- dinâmica de apresentação
- testando conhecimento (discussão de caso clínico em grupo)
- apresentação de conteúdo
- encerramento com dramatização
- intervalos para café

Na dinâmica de apresentação entre os participantes da oficina, temos noção das representações sociais dos mesmos a respeito do tema em questão.

Em seguida, discute-se um caso clínico (ANEXO 1) em grupo, para que se possa ter uma percepção do grau de dificuldade dos participantes da oficina no manejo clínico do aleitamento materno.

Posteriormente, são apresentados os conteúdos através:

- 1- aula expositiva, usando como recurso tecnológico o PowerPoint, para apresentação das definições de aleitamento materno, do tempo de duração da amamentação, da anatomia da mama, da fisiologia da lactação, contra-indicação para amamentação e legislação.
- 2- do álbum seriado: PROMOVENDO O ALEITAMENTO MATERNO do Ministério da Saúde / UNICEF disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/album_seriado_aleitamento_materno.pdf (Figuras 1 a 5).
- 3- do filme “AMAMENTAÇÃO: MUITO MAIS DO QUE ALIMENTAR A CRIANÇA”, disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=rV3kkFnI4pM>, (Figura 6), com duração de aproximadamente de 15 minutos.
- 4- Réplica de um seio humano confeccionado em tecido (nome comercial: “seio de pano”), obtido através de compra pessoal na SEMINA EDUCATIVA (disponível em: http://www.seminaeducativa.com.br/produtos_exibe.php?id_cat=1&id=4) (Figuras 7 e 8).



Figura 1: Capa do Álbum Seriado: Promovendo o Aleitamento Materno. Fonte: Ministério da saúde.

Promovendo o Aleitamento Materno	
Vantagens para o bebê	1
Vantagens para a mãe, o pai e a família	2
Por que não usar mamadeira, chupeta, chuca ou protetor de mamilo (bico intermediário)	3
Não existe leite fraco	4
Como amamentar – posicionamento e pega	5
Como amamentar – técnicas	6 a 8
Preparando a gestante para a amamentação	9 e 10
Retirada do leite do peito (ordenha)	11
Amamentação exclusiva	12
Problemas mais freqüentes da amamentação	13
Mitos e tabus que prejudicam a amamentação	14
A legislação brasileira protege a amamentação	15
Como os serviços de saúde podem apoiar a amamentação	16
A família e a amamentação	17

Figura 2: Sumário do Álbum Seriado. Fonte: Ministério da Saúde.

Promovendo o Aleitamento Materno

3

POR QUE NÃO USAR MAMADEIRA, CHUPETA, CHUCA OU PROTETOR DE MAMILO (BICO INTERMEDIÁRIO)

Maior risco de contaminar o leite e provocar doenças.

Pega Correta



Figura 3



Figura 4

Pega incorreta



Figura 5



Figura 6

Atrapalha o aleitamento materno, causando confusão de bicos.

Pode modificar a posição dos dentes, prejudicar a fala e respiração fazendo o bebê respirar pela boca.

É mais caro e sua preparação dá mais trabalho.

Diminui o contato entre mãe e filho.



Figura 7

Figura 3: Álbum Seriado página nº 3. Fonte: Ministério da Saúde.

Promovendo o Aleitamento Materno

NÃO EXISTE LEITE FRACO

Texto referente à página 4

O **COLOSTRO** é o leite que a criança precisa nos primeiros dias:

- O colostro é o primeiro leite que sai do peito e é produzido nos primeiros dias após o parto. É importante que o recém-nascido mame o colostro, porque ele contém tudo o que o bebê necessita nos primeiros dias (Figura 8).
- É produzido em menor quantidade, que é adequada para os primeiros dias. Pode ser claro ou amarelo, grosso ou ralo. O colostro é o alimento que defende o bebê de muitas doenças, por isso é comparado a uma vacina.
- Depois de alguns dias, o colostro vai mudando de cor.
- As crianças nascidas antes do tempo ou com peso baixo devem tomar o leite de suas próprias mães porque o leite produzido é especial para os mesmos, ou seja, o leite da mãe tem substâncias nas quantidades necessárias para os seus filhos.

O bebê deve mamar logo após o nascimento e todas as vezes que quiser:

- Como o leite materno é de digestão mais fácil, às vezes a criança quer mamar mais vezes.

O número de mamadas pode variar:

- No primeiro mês, geralmente as mamadas são mais frequentes.
- O bebê é quem escolhe o horário de mamar.
- O bebê é quem decide quanto tempo deve durar a mamada.
- Mamadas muito longas podem significar "pega" incorreta.

O bebê precisa mamar um peito antes de passar para o outro.

- Assim ele toma o leite do final da mamada, que faz o bebê engordar.
- Não existe leite fraco. O leite do início da mamada é mais ralo porque contém mais água, açúcar e fatores de proteção.

A qualidade do leite não está relacionada ao tipo de alimento que a mãe come.

Mamar errado faz a maioria das mulheres pensarem que o seu leite é fraco e isto não é verdade.

Figura 4: Texto referente à página nº 4 do Álbum Seriado. Fonte: Ministério da Saúde.

Promovendo o Aleitamento Materno **5**

COMO AMAMENTAR - POSICIONAMENTO E PEGA

POSIÇÃO DA MÃE
A mãe escolhe uma posição

PEGA DO BEBÊ
Barriga do bebê encostada no corpo da mãe



Figura 9 Figura 10

Figura 11 Figura 12



Figura 13

Figura 5: Álbum Seriado página nº 5. Fonte: Ministério da Saúde.

Amamentação

Amamentação
MUITO MAIS DO QUE ALIMENTAR A CRIANÇA

FILME COMPLETO

FILME - PARTE I

DÚVIDAS E PREOCUPAÇÕES

MADRINHAS

POSIÇÃO DE AMAMENTAR E PEGA



SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA SUS Ministério da Saúde GOVERNO FEDERAL

Figura 6: Filme Amamentação: muito mais do que alimentar a criança.
Fonte: Ministério da Saúde.



Figura 7: Seio de pano. Fonte: SEMINA



Figura 8: Seio de pano por dentro. Fonte: SEMINA

Encerra-se a oficina com inserção de atividades de dinâmica de grupo com pequenas esquetes, troca de papéis funcionais entre os participantes e dramatização.

8. Cronograma da Oficina

Abaixo, descreve-se uma previsão de cronograma dividindo a oficina em 4 etapas com 2 intervalos.

MOMENTOS DA OFICINA	Tempo de duração
Dinâmica de apresentação	60 minutos
Testando conhecimento	40 minutos
Apresentação de conteúdo	260 minutos
Dramatização	80 minutos
Dois intervalos	20 minutos (cada)

A tabela abaixo apresenta uma previsão de organização das atividades em relação ao tempo de execução:

1ª aula (4h/aula)

08h00 - 09h00	Cada participante se apresenta (dinâmica de apresentação) e comenta a sua experiência sobre o tema.
09h00 - 09h40	Apresentação do caso clínico e discussão do caso em grupo (ANEXO 1).
09h40 - 10h00	Intervalo para o café.
10h00 - 10h20	Definições de aleitamento materno/ duração da amamentação.
10h20 - 11h00	Vantagens da amamentação para o bebê/ mãe/ família.
11h00 - 12h00	Anatomia da mama/ fisiologia da lactação/ pega e posição/ ordenha.

2ª aula (4h/aula)

13h00 - 14h00	Composição do leite materno/ Não existe leite fraco/ Por que não usar mamadeira, chupeta ou protetor de mamilo (bico intermediário).
14h00 - 14h40	Problemas mais frequentes da amamentação/ tratamento.
14h40 - 15h20	Contraindicação para amamentação/ legislação.
15h20 - 15h40	Intervalo para o café.
15h40 - 16h00	Elaborar a dramatização.
16h00 - 17h00	Dramatização/ encerramento.

9. Materiais necessários

- Espaço físico (sala de aula)
- Folha de presença
- Folhas de papel pardo
- Pilots
- Folhas de papel ofício
- Lápis
- ÁLBUM SERIADO: PROMOVENDO O ALEITAMENTO MATERNO do Ministério da Saúde
- FILME AMAMENTAÇÃO: MUITO MAIS DO QUE ALIMENTAR A CRIANÇA
- Seio de Pano (SEMINA)
- Equipamento para projeção de slides, slides em Power Point (Office).

10. Considerações Finais

Os profissionais da área médica desempenham um papel de extrema importância na assistência à mulher-mãe-nutriz. Para isso é necessário atualizar os conhecimentos e habilidades, tanto no manejo clínico da lactação quanto na técnica de aconselhamento.

A promoção do aleitamento materno é a mais importante intervenção nutricional para a criança e a maioria dos cursos de medicina tem o aleitamento materno como um item indispensável em suas aulas teóricas, porém, na prática, muitos estudantes são incapazes de atuar como promotores do aleitamento materno (RIBEIRO, 2004).

Desta forma, a inserção de uma oficina sobre aleitamento materno no internato do curso de medicina, com a participação ativa do aluno, vem complementar a aprendizagem do tema em questão ainda na graduação, tornando o aprendizado significativo.

Referências Bibliográficas

AMAMENTAÇÃO: MAIS DO QUE ALIMENTAR A CRIANÇA. Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=rV3kkFnI4pM> . Acesso em: 14 de setembro de 2012.

AUSUBEL, David. **Aquisição e retenção de conhecimentos**: Uma perspectiva cognitiva. Editora Plátano. 2003

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Manual de capacitação de equipes de Unidades Básicas de Saúde na Iniciativa Unidade Básica Amiga da Amamentação (IUBAAM)**: Curso de 24 horas. Brasília, DF, 2003. 196 p.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde da Criança: Aleitamento Materno e Alimentação Complementar**. Brasília-DF, 2009. (Caderno de Atenção Básica, n.23).

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Área Técnica da Saúde da Criança e Aleitamento Materno. Departamento de Atenção Básica. **Rede amamenta Brasil: Caderno do Tutor**. 1ª Ed. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2009.

BUENO, L.G.S.; TERUYA K.M. **Aconselhamento em amamentação e sua prática**. J Pediatría (Rio J). Vol. 80, N°5(Supl), 2004.

CARVALHO, M.R. e TAMEZ, R.N. **Amamentação : bases científicas**. 2ª ed. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 2005.

GIUGLIANI, E.R.J. **Aleitamento materno: principais dificuldades e seu manejo**. In: Duncan MJ, Schmidt MI, Giugliani ERJ, organizadores. Medicina Ambulatorial: Conduas de Atenção Primária Baseadas em Evidências.3. Ed.Porto Alegre: Artmed; 2006.

GIUGLIANI, E.R.J. **O aleitamento materno na prática clínica**. J Pediatría (Rio J). Vol. 76, (Supl 2):S238-52, 2000.

LENZ ,M.L.M.; de LIMA, L.A.; GERLACH, A. **Aleitamento materno e introdução de novos alimentos**. In: Gustavo Gusso, José Mauro Ceratti Lopes, organizadores. Tratado de medicina de família e comunidade: princípios, formação e prática. 1ª Ed. Porto Alegre: 2012.

LOPES, José Mauro Ceratti. **Manual da Oficina para capacitar preceptores em medicina de família e comunidade** / [Elaborado por] José Mauro Ceratti Lopes... [et al.]. – Porto Alegre : Sociedade Brasileira de Medicina de família e comunidade, 2006. 177 p. : il. color.

MOREIRA, M. A. **Aprendizagem significativa: da visão clássica à visão crítica** (Meaningful learning: from the classical to the critical view) . In: Conferência de encerramento do V encontro internacional sobre aprendizagem significativa. Madrid, Espanha, setembro de 2006.

MOREIRA, M. A. **Linguagem e Aprendizagem significativa**. In: Conferência de encerramento do IV Encontro Internacional sobre Aprendizagem Significativa, Maragogi, AL, Brasil, 8 a 12 de setembro de 2003.

MOREIRA, M. A. **Mapas conceituais e aprendizagem significativa (concept maps and meaningful learning)**. Disponível em: <www.if.ufrgs.br/~moreira>. Acesso em: 28 de setembro de 2012.

OLIVEIRA, Clarissa Ferreira Pontual de; SILVA, Ilda Cecília Moreira da; MEIRELLES, Rosane Moreira Silva de. **Roteiro para Elaboração de Oficinas na Área da Enfermagem**. 1ª Ed. Volta Redonda: UniFOA: 2012.

PROMOVENDO O ALEITAMENTO MATERNO do Ministério da Saúde / UNICEF. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/album_seriado_aleitamento_materno.pdf. Acesso em: 14 de setembro de 2012.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de orientação: alimentação do lactente, alimentação do pré-escolar, alimentação do escolar, alimentação na escola**. São Paulo; 2006.

Sites Recomendados

Aleitamento – www.aleitamento.com

Portal da Saúde – www.saude.gov.br

Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano – www.fiocruz.br/redeblh

Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar – www.ibfan.org.br

Senac São Paulo – www.sp.senac.br/amamentação

ANEXO 1

Caso Clínico

Cristina, 23 anos, puérpera, vem a sua consulta de revisão após o parto, acompanhada por Juliano, pai de Felipe. Há uma semana o menino nasceu com 3.600 g, hígido, parto vaginal e sem intercorrências. No momento, Felipe está recebendo apenas leite materno, mas Cristina está pensando em complementar com uma mamadeira à noite “para garantir que não chore”. Além disso, apresenta o mamilo irritado, com rachaduras e dor ao toque. Relata não ter conseguido amamentar seu primeiro filho, João, por muito tempo, pois o menino chorava muito e isso a deixava bastante ansiosa. Imaginava que o menino tinha fome e, mesmo ganhando peso adequadamente, iniciou com fórmula infantil aos 2 meses de idade. A quantidade de leite materno foi diminuindo e aos 3 meses deixou de amamentar. Na verdade, isso a entristeceu, pois gostaria de ter conseguido amamentar por mais tempo. Refere ter conhecimento de que o aleitamento materno protege contra muitas doenças, no entanto, observa que seu primeiro filho é extremamente alérgico, mas não costuma ter infecções. Juliano mostra-se muito ansioso em relação à saúde dos filhos. Relata fazer o que for preciso para que seu filho não tenha problemas de alergia como o primeiro filho de Cristina.

Testando conhecimento

1. Que aspecto da história de Cristina faz o profissional ficar atento para um possível desmame precoce:
 - a) História prévia de desmame precoce e a intenção de iniciar prontamente alimentação complementar.
 - b) Fissura mamilar atual e provável pega incorreta.
 - c) Pouco conhecimento sobre as vantagens da amamentação
 - d) Todas as alternativas anteriores.

2. Qual a informação mais relevante para se pensar que a fórmula infantil era desnecessária ao primeiro filho de Cristina?
 - a) O fato de a criança ser alérgica.
 - b) A forte intenção de Cristina para amamentar.
 - c) O fato de o menino ter ganho peso adequadamente.
 - d) A criança ter apenas dois meses.

3. Além de proteger contra infecções, o aleitamento materno traz outros benefícios à saúde da criança, exceto:
- a) Reduz o aparecimento de alergias.
 - b) Reduz o risco de morte súbita.
 - c) Reduz o risco de obesidade.
 - d) Aumenta a perda de peso inicial do recém-nascido, mas favorece a sua recuperação.
4. Em relação ao aleitamento materno é correto afirmar, exceto:
- a) O colostro secretado até 7 dias após o parto, apresenta maiores quantidades de fatores imunológicos, de minerais, de vitamina A e de vitamina E que o leite de transição ou o leite maduro.
 - b) As mamadas nos primeiros meses devem ser frequentes não obedecendo a esquema de horários pré-estabelecidos.
 - c) A pega incorreta favorece a formação de fissuras, por isso, durante o pré-natal, as mães devem receber informações de exercícios que ajudam a preparar o mamilo para amamentação.
 - d) Na presença de dor na mama, ingurgitamento e febre, o profissional deve pensar em mastite e, mesmo assim, estimular a manutenção da amamentação.
5. Quais as ações educativas mais adequadas para Cristina:
- a) Valorizar a sua intenção de amamentar.
 - b) Explicar, de forma clara e objetiva, a fisiologia da lactação e a pega correta.
 - c) Informar os demais benefícios do aleitamento materno, inclusive o de proteger o bebê contra alergias.
 - d) Todas as alternativas anteriores.