

**CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO**  
**Curso de Graduação em Enfermagem**

**Gabriela de Pádua Nery**  
**Luiza Sales Gomes da Silva**  
**Maria Luiza Andrade Deganello**  
**Mariana Abrão Conde**  
**Renata Aparecida Caires Leão**

**DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE UM E-BOOK SOBRE AMAMENTAÇÃO**

**São Paulo**

**2022**

**Gabriela de Pádua Nery**  
**Luiza Sales Gomes da Silva**  
**Maria Luiza Andrade Deganello**  
**Mariana Abrão Conde**  
**Renata Aparecida Caires Leão**

## **DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE UM E-BOOK SOBRE AMAMENTAÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação de Enfermagem do Centro Universitário São Camilo, orientado pela Profa. Me. Ana Carolina Varandas Cavalcanti Dias, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

**São Paulo**

**2022**

Desenvolvimento e avaliação de um e-book sobre amamentação /  
Gabriela de Pádua Nery... [et al.]. -- São Paulo: Centro Universitário São  
Camilo, 2022.

89 p.

Orientação de Ana Carolina Varandas Cavalcanti Dias.

Trabalho de Conclusão de Curso de Enfermagem (Graduação),  
Centro Universitário São Camilo, 2022.

1. Aleitamento materno 2. Educação em saúde 3. Enfermagem 4.  
Livros eletrônicos 5. Saúde materno-infantil I. Nery, Gabriela de Pádua II.  
Silva, Luiza Sales Gomes da III. Deganello, Maria Luiza Andrade IV.  
Conde, Mariana Abrão V. Leão, Renata Aparecida Caires VI. Dias, Ana  
Carolina Varandas Cavalcanti VII. Centro Universitário São Camilo VIII.

**Gabriela de Pádua Nery**  
**Luiza Sales Gomes da Silva**  
**Maria Luiza Andrade Deganello**  
**Mariana Abrão Conde**  
**Renata Aparecida Caires Leão**

**DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE UM E-BOOK SOBRE AMAMENTAÇÃO**

São Paulo, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

**Professor Orientador: Ana Carolina Varandas Cavalcanti Dias**

---

**Professor Examinador**

## DEDICATÓRIA

Escrevo esta sucinta dedicatória ao meu eu. Ao meu eu do passado: que sonhou tanto com a realização desse curso. Ao meu eu do presente: que sente orgulho pelo trabalho que foi realizado. E ao meu eu do futuro: para que a enfermeira que serei, seja exemplo para a equipe e referência ao cuidado integral e humanizado do paciente. Também dedico a minha família, por serem minha âncora, sem vocês, nada disso se tornaria realidade.

À todas as pessoas que amamentam, dedico esse trabalho, que foi com o objetivo de ser um guia para o processo mais lindo que existe no mundo: amamentar.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais Roseli e Fernando pela dedicação em minha educação desde sempre, minha avó Yolanda e tia Renata por terem me envolvido com as artes manuais, que me conectam com o meu eu interior e me acalmam demais em momentos difíceis. Agradeço à minha namorada Thayná, minha irmã Fernanda e cunhada Ana Carolline pelo incentivo nos momentos mais difíceis. Sou grata pela minha vida e pela minha dedicação durante os 5 anos de graduação e todo o percurso que trilhei antes de chegar até aqui. Agradeço também aos docentes que tive o privilégio de aprender, conhecer e admirar; principalmente às orientadoras deste trabalho, que nos guiaram firmemente e não nos deixaram desalinhar do trilho com esse trem que passou tão rápido. Obrigada!

Gabriela de Pádua Nery

Agradeço e dedico este trabalho às seguintes pessoas:

À minha segunda mãe, que é tão importante quanto a primeira: minha tia. Meu amor, faltam palavras o suficiente para expressar o quanto eu sou grata por te ter na minha vida. Desde criança eu fui extremamente amada e cuidada como sua filha. E é o que eu sou: sua filha! Filha do coração, da alma e do espírito, que é muito maior que qualquer outra relação que exista, pois nada no mundo pode ser capaz de tirar, comprar ou acabar com esse amor. Seu afeto e seu carinho me ajudaram a ser o que sou hoje e espero ser cada vez melhor. Obrigada por me ensinar sobre exatamente tudo o que eu sei, mas principalmente sobre responsabilidade, resiliência, foco, confiança e empatia. São qualidades que levo como pessoa e profissional na qual agora eu me torno. A pessoa que realmente me ensinou a cuidar do próximo, pois desde pequena até os dias de hoje você permanece aqui cuidando de mim (e eu sei que esse cuidado vai permanecer por toda a minha vida: obrigada por isso!) Espero poder retribuir em dobro, triplo, quádruplo cada centavo, cada carinho, cada zelo e cada minuto esse puro e verdadeiro amor! Nenhum poeta, filósofo ou sociólogo pode explicar em palavras o quanto eu amo você. Essa conquista que eu tanto almejei é nossa! Eu agradeço por tudo, mas principalmente por você existir.

Mãe, você me ensinou que nunca foi preciso fazer uma faculdade pra poder ter sucesso na vida. Aprendi que para poder ser excelente em algo basta determinação e estudar frequentemente sobre aquilo ao qual você se dedica. Obrigada pelo amor e pelo carinho que eu necessitei em cada dia que parecia impossível. Você é meu exemplo de força, coragem e superação e espero um dia ter o mínimo de cada qualidade sua. Eu amo você daqui ao infinito.

Meu pai, que não há como não ser também um exemplo para mim. Você me mostrou que é possível se divertir e ter a família por perto mesmo saindo de casa antes das cinco da manhã e voltando só depois das sete da noite. Obrigada por me ensinar a cada dia que com dedicação e com amor pode-se vencer barreiras, superar

obstáculos, encarar o novo, o incerto e os desafios. É imensurável o tamanho do meu amor por você!

Vocês estiveram comigo no melhor dia da minha vida, quando eu consegui assinar minha bolsa e entrar na faculdade, o dia no qual estive com um misto de sentimento: felicidade, medo, euforia, incertezas e muita gratidão. Hoje eu saio com os mesmos sentimentos, mas de outra forma, com outra mentalidade. Terminei esse ciclo mais preparada para o mundo lá fora, pois eu aprendi a caminhar graças ao árduo trabalho de vocês, meus pais!

Aos gêmeos: Victor, agradeço a parceria, pelos momentos em que você me apoiou mesmo com as coisas mais simples seja por pegar uma água quando eu não poderia perder o foco na escrita ou por estar do meu lado me chamando pra “tomar uma” enquanto eu passava horas do dia escrevendo esse trabalho. Vinicius, agradeço também pela parceria, por me contar os seus vastos conhecimentos sobre história e me chamar pra jogar com você pra me poder me distrair e evitar que eu surtasse de vez (mesmo o Wild Rift sendo o principal causador da minha raiva e surtos). Aos dois, meu obrigada em dobro por todo amor que em dobro eu recebi de vocês!

Muito obrigada à minha criança favorita do mundo todo: minha irmã! Você, mesmo sendo tão pequena, acompanhou minha caminhada até aqui e sempre me encheu de amor e carinho. É incrível como você sabia exatamente a forma de me deixar mais feliz quando eu acreditava que tudo estava dando errado. Mesmo sem falar nada, eu podia apenas te olhar nos olhos e saber que tudo daria certo, pois o seu olhar é o mais doce e puro que já vi!

A vocês três: que eu possa ser o mínimo de exemplo e desejo estar com cada um comemorando cada passo e vitória nossa, pois é fato: vocês são os melhores irmãos que eu poderia ter. Amo vocês, meus irmãos, extensões de mim!

Ao meu futuro marido, Gabriel, que aturou um verdadeiro “TCC” em forma viva! Chata, árdua e que muitas vezes parecia impossível, ou seja: eu. Nem a extensão do infinito chega perto do tanto que eu te agradeço por me ajudar a chegar até aqui. Você foi um verdadeiro companheiro para mim durante todos os nossos anos juntos, e neste último em específico, aguentou cada dor minha como se fosse sua. Você foi e é o meu abrigo nos momentos de tristeza, assim como é nos de alegria. Desejo que um dia eu conte aos nossos futuros filhos como é maravilhoso ter alguém que parece ser uma parte sua, fora do seu próprio corpo, conectada por uma linha imaginária de uma ligação tão forte baseada em respeito, fidelidade e amor, como nós somos um com o outro. Eu lhe agradeço por te ter em minha vida e te entregarei a cada dia o amor mais genuíno do mundo. Que eu possa sentir o melhor da existência ao seu lado, pois é só você que eu sinto!

Ao meu tio Cláudio, agradeço por sonhar comigo a cada espetáculo desse show chamado vida. Nossa conexão é maior e melhor do que o sangue: é uma conexão de almas. Eu não podia ter um tio melhor para me mimar e me amar tanto. Você é a pessoa que tira de si para dar aos outros que ama, que para seu tempo e suas tarefas para realizar um sonho ou desejo daqueles por qual zela, não existe coisa mais linda que isso! Eu jamais vou esquecer do que me proporcionou pra que eu estivesse

pegando meu diploma hoje. Foi e é meu alicerce em momentos de dúvidas e certezas, meu cúmplice para cada projeto que eu planejei e planejo e meu parceiro de aventuras da vida. Eu te amo infinitamente, e espero entregar e retribuir o que eu recebi de você!

Às minhas orientadoras e colegas de TCC: obrigada pelo companheirismo e por sonharmos juntos com um projeto tão lindo e importante como este. Muito sucesso a todas nós! Em especial, agradeço às minhas amigas de toda a faculdade, Maria Luiza e Renata, obrigada por aturar os surtos e tornar toda a experiência mais leve e divertida com cada fofoca e brincadeira que só a gente entende. Vocês foram e são essenciais para essa vitória! Amo vocês para sempre!

Aos meus amigos e familiares, tanto os que ainda estão em vida, como os que já estão no plano celestial, muito obrigada por me ajudarem e acompanharem essa minha jornada! Vocês foram e são essenciais na minha vida, amo cada um que se importou verdadeiramente comigo.

À Deus que em sua infinita perfeição pode me conceder a honra de tê-los como família e amigos, que me proporcionou o sopro da vida pra que eu pudesse caminhar até aqui com saúde. Que o senhor em sua grande misericórdia guarde cada passo meu e guie minhas mãos e minha mente para que meus futuros pacientes tenham a melhor assistência que eu, como enfermeira e ser humano, possa dar.

Luiza Sales Gomes da Silva

Primeiramente agradeço a Deus pela minha vida e por ter me guiado até esse momento.

A minha família, especialmente minha mãe Vanda e meu pai Nilson, por conseguirem me proporcionar cursar enfermagem nesta instituição, pelo incentivo, pelo amor, por serem minha base e estarem sempre comigo.

Aos meus amigos, por sempre me apoiarem e permanecerem ao meu lado.

As orientadoras deste trabalho, Fernanda e Ana Carolina, por toda dedicação, paciência e pelo tempo que disponibilizaram para orientação.

A todos os docentes e preceptores que cruzaram meu caminho nesses cinco anos, sou grata por todos os ensinamentos e reflexões que me proporcionaram.

As minhas colegas do grupo, por juntas conseguirmos concluir mais essa etapa, especialmente Luiza e Renata que estiveram comigo desde o começo da faculdade e tornaram nossas batalhas mais leves. Levarei nossa amizade para sempre no meu coração.

A todos aqueles que estiveram comigo durante esse ciclo, direta ou indiretamente, meu muito obrigada!

Maria Luiza Andrade Deganello

Agradeço a Deus por sempre abençoar o meu caminho, por ter me concedido com meu pai Valter e minha mãe Rita, por me dar forças, garra, vontade e acima de tudo determinação para iniciar esse projeto e concluir com muito esforço e alegria. Agradeço também pela família que tenho, por tudo que fizeram e fazem por mim, sem medir esforços para que eu me tornasse uma profissional na área em que eu escolhi seguir. Independente das diversas dificuldades que passamos nesses últimos anos, nunca deixaram esse meu sonho de lado, mesmo na maior pandemia que o mundo enfrentou, não abriram mão de continuar pagando por esse meu sonho, minha mãe e meu pai são exemplos que quero seguir.

Agradeço aos meus amigos e familiares que sempre torceram por mim, me incentivaram e estiveram ao meu lado em todos os momentos. E não podia deixar de agradecer meu noivo Pedro, meu futuro marido e pai dos nossos filhos, que me incentivou desde o dia em que me inscrevi para a prova, me fez acreditar que se era meu sonho, eu poderia realizá-lo. Sempre me levando nos estágios, nas palestras, nas aulas, até mesmo me auxiliando quando necessário. Agradeço às minhas amigas que fiz na faculdade e levarei para a vida toda, sem vocês isso também não seria possível. Também a faculdade, todos os profissionais que fizeram parte da minha jornada, cada ensinamento, cada semestre, cada ano, muito obrigado.

Foram os 5 anos mais difíceis e também gratificantes, uma mistura de emoções e sentimentos, a cada semestre finalizado era um alívio e um sonho sendo realizado. Hoje posso dizer que meu sentimento é de gratidão, escrevo esse agradecimento com coração apertado, obrigada a todos, vocês fazem parte da minha história.

Mariana Abrão Conde

Agradeço primeiramente a Deus por ter me dado forças em todos os momentos que precisei, por sempre ter me mostrado que todo o esforço valeria a pena, por ter me acalmado nos meus momentos de angústias através das minhas orações, quem está firme na presença de Deus, já passa pelos dias de luta agradecendo os dias de glória que virão.

Gostaria de agradecer também ao meu pai da terra, Osni. Obrigada por tanto pai, por ter me apoiado nesse sonho, por ter batalhado tanto para a minha formação, por sempre ter sido esse pai tão cuidadoso, carinhoso e atencioso comigo, obrigada por ter me dado diversos conselhos para o caminho do bem, tenho certeza que todos foram pensando no meu bem, obrigada por ter me levado em estágios mesmo sendo longe de onde moramos, mesmo cansado pelo trabalho, você nunca falhou como herói, te amo muito.

Agradeço também a minha mãe por sempre ter me dado conselhos e incentivos para não desistir em momentos difíceis, por sempre me ajudar, por me colocar em suas orações em forma de proteção, carinho e amor, te amo muito, você e o meu pai foram

essenciais por toda essa conquista. Obrigada por sempre ter feito uma comidinha fresquinha quando eu chegava em casa, obrigada por sempre me ensinar sobre o caminho do bem.

Ao meu irmão Guilherme, eu sou muito grata, por todo o carinho e os cafunés quando eu chegava em casa cansada, mesmo sendo tão novo já entende o significado de cuidado e zelo.

Aos meus amigos e amigas agradeço por toda a ajuda e momentos incríveis, especialmente Kelly Lima, Nathalia Silva, Jacyara Lima, Beatriz Caires e Fabyana Nunes, obrigada por ter compartilhado inúmeros momentos nessa fase, tenho certeza que fizeram ser mais leve todo esse processo da minha formação.

Para as minhas orientadoras de TCC deixo aqui todo o meu agradecimento. Pessoas maravilhosas, cuidadosas, carinhosas e excelentes profissionais que tive a oportunidade de conhecer e obrigada por terem tido toda a paciência do mundo.

Maria Luiza, Luiza Sales e Larissa Galdino, deixo aqui os meus sinceros agradecimentos, por toda a parceria, por todos esses 5 anos de graduação, por sempre deixar as coisas ainda mais leves, por todos os conselhos maravilhosos, amo vocês.

Renata Aparecida Caires Leão

*“Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós”.*

*O Pequeno Príncipe - Antoine de Saint-Exupéry*

## RESUMO

Os benefícios do aleitamento para a pessoa que amamenta e para o bebê são amplamente conhecidos e por isso há inúmeras iniciativas institucionais e governamentais para que os profissionais de saúde encorajem e auxiliem o manejo desse processo fisiológico. No entanto, apesar dessas estratégias, sabe-se que há insuficiência e inadequação de informações sobre o tema bem como a escassez de materiais educativos com abordagem ampliada, acesso facilitado e linguagem inteligível a diversos níveis de letramento da população. O objetivo do estudo foi elaborar e avaliar um e-book sobre aleitamento para pessoas que amamentam. Trata-se de um estudo descritivo da avaliação de um e-book sobre amamentação, desenvolvida em ambiente virtual com profissionais da área de materno-infantil e experiência no manejo da amamentação, que atuaram como juízes para avaliação de conteúdo do material; e juízes técnicos, especialistas na área de design gráfico, recrutados e selecionados conforme critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos. O conteúdo do e-book foi desenvolvido a partir da revisão de literatura atualizada e diretrizes nacionais e internacionais sobre amamentação, o esboço do material foi elaborado utilizando o aplicativo Canva®, seguindo roteiro de elaboração e referências técnico-científicas definidas a priori. As ilustrações do e-book e sua diagramação foram desenvolvidas por um profissional ilustrador, parceiro da pesquisa, utilizando o programa Adobe Photoshop®. O instrumento da coleta de dados para avaliação de conteúdo do material foi um formulário digital disponibilizado pela plataforma Google Forms®. Os dados foram organizados em planilhas do programa Microsoft Excel® e analisados pelo Programa IBM® SPSS® Statistics, versão 25, por estatística descritiva e análise do nível de concordância a partir da valoração das respostas, com parâmetro de validação por item e da escala global de 0,8. O estudo atendeu às regulamentações do Conselho Nacional de Saúde para pesquisa com seres humanos e teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo (Parecer nº 5.300.123/2022 e CAAE 55625222.4.0000.0062). De um total de 83 questionários enviados, houve 33 respostas, sendo 30 profissionais que atuam com manejo de amamentação dentre enfermeiros, médicos, farmacêuticos, dentistas, obstetras, auxiliares e técnicos de enfermagem, pedagogos e publicitários; e três profissionais de designer gráfico. Quanto à caracterização dos respondentes 91% identificou-se como feminino, maioria entre 31 a 40 anos de idade (47%) e vivendo com alguma parceria (67%). A maioria dos profissionais era formada por instituição privada (67%) e os respondentes eram majoritariamente enfermeiros (67%). Quanto à avaliação do e-book, a categoria de objetivos do e-book teve aprovação de 86%; a estrutura, organização e apresentação do material teve aprovação de 91% e a categoria relevância do material teve aprovação de 91%. A partir do critério mínimo estabelecido para validação de 0,8, considera-se que o e-book foi avaliado positivamente pelos participantes. Conclui-se que foi possível desenvolver um e-book com conteúdo ampliado, linguagem acessível, clara e assertiva, com ilustrações detalhadas e inteligíveis, com consistência de conteúdos, pertinência prática e relevância teórica. O produto resultante do estudo pode contribuir para promoção do aleitamento por ser um material educativo de suporte para o manejo da amamentação.

**Palavras-chave:** Aleitamento Materno. Educação em Saúde. Saúde Materno-Infantil. Enfermagem.

## ABSTRACT

The benefits of breastfeeding for the person who breastfeeds and for the baby are widely known, and, therefore, there are various institutional and governmental initiatives for health professionals to encourage and support the management of this physiological process. However, despite these strategies, it is known that there are insufficiency and inadequacy of information on the subject, as well as the lack of educational materials with an expanded approach, easy access and intelligible language for different literacy levels of the population. The purpose of the study was to prepare and evaluate an e-book about breastfeeding for people who breastfeed. This is a descriptive study of the evaluation of an e-book about breastfeeding, developed in a virtual environment with professionals from the maternal child field and with experience in the breastfeeding management, who acted as judges to evaluate the content of the material; and technical judges, specialists on the graphic design field, recruited and selected according to pre-established inclusion and exclusion criterias. The content of the e-book was developed from the review of the updated literature and national and international guidelines about breastfeeding, the draft of the material was prepared using the Canva™ application program, following the elaboration script and the technical-scientific references determined a priori. The e-book illustrations and its layout were developed by a professional illustrator, a research partner, using the Adobe Photoshop™ program. The data collection tool for evaluating the material content was a digital form available by Google Forms™ platform. The data were organized in Microsoft Excel™ spreadsheets and analyzed by the IBM™ SPSS™ Statistics program, version 25, using the descriptive statistics and analysis of the level of agreement based on the evaluation of the answers, with a validation parameter per item and a global scale of 0.8. The study complied with the National Health Council regulations for researching with human beings and was approved by the Ethics in Research Committee of the Centro Universitário São Camilo (Advice No. 5.300.123/2022 and CAAE 55625222.4.0000.0062). From a total of eighty three questionnaires sent, there were thirty tree answers, being thirty were professionals who work with breastfeeding management, including nurses, doctors, pharmacists, dentists, midwives, nursing assistants and technicians, educators and publicists; and three graphic designer professionals. As for the characterization of the respondents, 91% identified themselves as a female, the majority between 31 and 40 years of age (47%) and living with some partnership (67%). The most professionals was graduated in a private institution (67%) and the respondents were mostly nurses (67%). As for the e-book evaluation, the objectives category was approved by 86%; the structure, organization and presentation of the material was approved by 91%, and the material relevance category was approved by 91%. From the minimum criteria established of 0.8, it is considered that the e-book was positively evaluated by the participants. It is concluded that it was possible to develop an e-book with expanded content, accessible, clear and assertive language, with detailed and intelligible illustrations, content consistency, practical and theoretical relevance. The product resulting from the study may contribut to the promotion of breastfeeding through the dissemination of educational material to support breastfeeding management.

**Keywords:** Breastfeeding. Health Education. Maternal and Child Health. Nursing

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1.	Distribuição dos participantes por instituição pública ou privada.....	Pg.35
Figura 2.	Distribuição dos participantes por região de atuação.....	Pg. 36
Figura 3.	Distribuição dos participantes por categoria profissional.....	Pg. 36
Figura4.	Distribuição dos participantes por tempo de atuação na área	Pg. 37

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1.	Perfil dos avaliadores quanto à identidade de gênero, faixa etária e situação civil.....	Pg. 35
Tabela 2.	Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto aos objetivos do Ebook.....	Pg. 38
Tabela 3.	Tabela 3 - Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto à estrutura, organização e apresentação do material do Ebook	Pg. 39
Tabela 4.	Tabela 4 – Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto à relevância do conteúdo do Ebook.....	Pg. 40
Tabela 5.	Tabela 5 – Taxa de aprovação das respostas dos juízes em todas as categorias.....	Pg. 40

## LISTA DE ABREVIATURAS

PNDS: Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde;

AME: Aleitamento Materno Exclusivo;

COFEN: Conselho Federal de Enfermagem;

FEBRASCO: Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia;

SCIELO: Scientific Electronic Library Online;

BVS: Biblioteca Virtual em Saúde;

TCLE: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;

CONEP: Comissão Nacional de Ética em Pesquisa;

LGPD: Lei Geral de Proteção de Dados;

CoEP: Comitê de Ética em Pesquisa.

## SUMÁRIO

<b>1.</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>Pg. 18</b>
<b>2.</b>	<b>JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>Pg. 22</b>
<b>3.</b>	<b>OBJETIVO.....</b>	<b>Pg. 26</b>
<b>4.</b>	<b>MATERIAIS E MÉTODO.....</b>	<b>Pg. 28</b>
4.1	TIPO DE PESQUISA .....	Pg. 28
4.2	PERÍODO E LOCAL DO ESTUDO.....	Pg. 28
4.3	PARTICIPANTES.....	Pg. 29
4.4	PROCEDIMENTO METODOLÓGICOS.....	Pg. 29
4.5	ANÁLISE DE DADOS.....	Pg. 31
4.6	ASPECTOS ÉTICOS.....	Pg. 31
<b>5.</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>Pg. 34</b>
<b>6.</b>	<b>CONCLUSÃO.....</b>	<b>Pg. 43</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>Pg. 45</b>
	<b>APÊNDICES.....</b>	<b>Pg. 48</b>
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>Pg. 85</b>

## INTRODUÇÃO

---

## 1. INTRODUÇÃO

A amamentação é um processo fisiológico encorajado por inúmeras iniciativas institucionais e governamentais dada a sua importância para o binômio mãe-bebê. Destaca-se como uma dessas iniciativas recentes a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, criada em 2012 para qualificar o trabalho dos profissionais da atenção primária à saúde do Sistema Único de Saúde (SUS), com o intuito de incentivar e promover o aleitamento e alimentação complementar para crianças até o segundo ano de vida (SILVA; SILVA; AOYAMA, 2020).

É de amplo conhecimento que a amamentação exerce função significativa no desenvolvimento do bebê. No entanto, apesar das estratégias de qualificação profissional para educação em saúde e manejo do aleitamento, sabe-se que muitas gestantes não recebem orientações adequadas acerca do assunto (SILVA; SILVA; AOYAMA, 2020). O leite humano é um alimento altamente nutritivo, que supre todas as necessidades do bebê nos primeiros seis meses de vida e é especialmente importante para os recém-nascidos que têm o sistema imunológico, trato digestório e renal em processo de maturidade (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2018). Além disso, é um alimento complementar para crianças de até dois anos de idade, em razão do leite ser composto por água, sais minerais, vitaminas, açúcar e gorduras (SILVA; SILVA; AOYAMA, 2020). Ainda sobre vantagens reconhecidas do ato de amamentar, se destacam o estabelecimento de vínculo entre o bebê e a pessoa que amamenta; o exercício da musculatura orofacial do bebê proporcionado pelo movimento de sucção que contribui para melhora da respiração nasal e desenvolvimento adequado de cavidade oral; o auxílio ao sistema imunológico do recém-nascido na proteção contra doenças; a redução de mortalidade infantil; e o bônus de ser um alimento sem nenhum custo econômico (SILVA; SILVA; AOYAMA, 2020).

É comum que a pessoa que amamenta se sinta vulnerável em relação ao manejo do aleitamento e procure rede de apoio em pessoas conhecidas com experiências maternas prévias para obter conhecimento. No entanto, essa estratégia pode não ser exitosa, visto que algumas pessoas adquirem crenças ao longo da vida que podem afetar negativamente a percepção sobre aleitar, além de restringir o papel

do profissional da saúde. Outrossim, por vezes, a rede de apoio dessa mulher baseia-se em senso comum para orientá-la, em experiências e percepções individuais, e não em evidências cientificamente comprovadas (NÓBREGA et al, 2019). A interferência da rede familiar pode comprometer o manejo do aleitamento, ocasionando sentimento de insegurança e incapacidade na pessoa que amamenta que enfrenta desafios para o estabelecimento da amamentação (NÓBREGA et al, 2019).

Insuficiência e inconsistência nas orientações sobre aleitamento, associado a uma cultura que promove o desmame fortemente arraigada na sociedade estão diretamente relacionadas à crença de que seu leite é “pouco”, “fraco”, que o lactente não suga o suficiente, que sente sede, entre tantas outras questões que impactam negativamente no estabelecimento da amamentação. Tais crenças inverídicas e popularmente divulgadas ocasionam a introdução prematura e indevida de outros alimentos na dieta do lactente, especialmente no contexto de uma pessoa que amamenta que está emocionalmente fragilizada (SILVA; SILVA; AOYAMA, 2020).

De acordo com Ferreira, et al (2016, p.9)

O enfermeiro presta assistência em nível grupal ou individual, orientando sobre a preparação para o parto, promover os cuidados necessários com as mamas para o aleitamento materno, informar sobre a necessidade da utilização de vestuários adequados, a importância do combate ao tabagismo, a utilização de medicamentos, alimentação [...]

O enfermeiro tem papel assistencial e de educação em saúde extremamente relevante para a promoção do aleitamento tanto com orientações sobre a importância e o manejo da amamentação quanto como rede de suporte profissional para as mulheres, visto que é um profissional que acompanha a mulher desde o pré-natal até o período puerperal (FERREIRA et al, 2016; SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2018; SILVA et al, 2021). A educação em saúde, na perspectiva da educação popular em saúde, deve buscar práticas que atendam às necessidades da população e para tanto, os processos de informação e comunicação são fundamentais (FALKENBERG et al., 2014).

Considerando o contexto desafiador enfrentado por muitas famílias para o estabelecimento da amamentação; a importância de pensar práticas educativas de forma ampla, integral, com acesso facilitado para as pessoas e que comunique sobre aleitamento de forma assertiva e relevante para o contexto social; e as limitações de

orientação e suporte para as pessoas que amamentam, o presente projeto de pesquisa é norteado pela seguinte questão: Como abordar o aleitamento por meio de uma estratégia educativa diferencial e acessível que contribua para a promoção da amamentação?

JUSTIFICATIVA

---

## 2. JUSTIFICATIVA

No Brasil, indicadores de prevalência de aleitamento revelam percentuais aquém das recomendações para aleitamento exclusivo e complementar. Um estudo que compilou dados de série histórica de 1999 até 2008, mostra que o aleitamento materno exclusivo teve prevalência média de 41%, sendo que na avaliação pontual da PNDS 2006 o percentual de crianças em AME foi de 39,8%. Além disso, os dados estatísticos mostram discrepâncias regionais, variando entre 37% na região Nordeste a 45,9% na região Norte, sendo que o Sudeste teve o segundo pior desempenho com 39,4% de prevalência de AME (SENA; SILVA; PEREIRA, 2007). Infere-se que esses dados da literatura são reflexo da cultura do desmame, da desinformação sobre o aleitamento e da falta de suporte profissional e de rede familiar para o manejo da amamentação e seu estabelecimento.

O aleitamento exclusivo até os seis meses de vida é essencial para o lactente pela importância nutricional e imunológica do leite humano (CARVALHO et al, 2020). A amamentação reduz o risco do acometimento de hemorragia pós-parto e o desenvolvimento do câncer de mama para a mulher (RODRIGUES et al, 2021), além de promover vínculo e fortalecer o binômio mãe-bebê (PINHEIRO; NASCIMENTO; VETORAZO, 2020). Porém, mesmo com os benefícios que o aleitamento promove para quem amamenta e a criança, o índice de amamentação no Brasil (45%) está bem abaixo do ideal, já que a Organização Mundial da Saúde preconiza que 90% das crianças sejam exclusivamente amamentadas pelo leite materno nos primeiros meses de vida (LUBACHEVESKI; MARTINS, 2021).

Diversos desafios na amamentação podem ser relacionados ao desmame precoce, como variações anatômicas do complexo aureolo-mamilar, fissura mamilar, dor, pega incorreta e sucção inefetiva, além de fatores associados com o ambiente e a cultura na qual a pessoa que amamenta está inserida (SILVA, 2021; CARVALHO et al, 2020). Outro importante agravante para a manutenção da AME é o retorno de quem amamenta ao trabalho (PINHEIRO; NASCIMENTO; VETORAZO, 2020), já que no Brasil, a licença maternidade tem vigência de 120 dias (SILVA, 2021).

A insuficiência de conhecimento e a baixa escolaridade de quem amamenta além da inadequação de informações e influência de crenças populares impactam negativamente no estabelecimento do aleitamento (PINHEIRO; NASCIMENTO; VETORAZO, 2020). A carência de informações corretas induz a mulher a crer que o leite materno não é suficiente para nutrir a criança, iniciando a alimentação complementar com outros tipos de leite, além de alimentos sólidos e semissólidos (CARVALHO et al, 2020). Do mesmo modo, há a crença de que o leite materno não cessa a sede do bebê, promovendo a introdução de líquidos como chás, sucos e água (SILVA, 2021). Esses são exemplos clássicos de como a informação pode comprometer o sucesso da amamentação. O contexto atual da pandemia do Covid-19, representou mais uma adversidade para o processo de amamentação uma vez que inicialmente, o desconhecimento sobre a patologia fez com que muitos profissionais contra indicassem o aleitamento em caso de infecção da nutriz pelo receio de infectar o bebê com o coronavírus e/ou transmiti-lo por meio do leite humano (PINHEIRO et al, 2022). Embora essas questões tenham sido elucidadas e haja recomendações muito claras para o manejo da amamentação nessas condições, ainda é notório que há confusão de orientações e falhas de manejo.

As dificuldades e fatores que levam ao desmame precoce são muitos e somam-se a eles a falta de materiais educativos gratuitos, com linguagem clara e objetiva, de fácil acesso e que reúnam informações que possam orientar, explicar e estimular a amamentação em diferentes contextos, que não sejam exclusivamente técnicos.

Com intuito de interferir nessas causas, especialmente na desinformação sobre o aleitamento e com uma proposta diferencial de estratégia educativa, este trabalho se justifica pela proposta de desenvolver e avaliar um material educativo que traga uma abordagem ampliada sobre amamentação com facilidade de acesso em uma realidade social cada vez mais digital e interativa, trazendo um e-book com figuras ilustrativas, texto de fácil entendimento e linguagem clara e objetiva para que um grande universo de pessoas, independente da escolaridade ou nível de conhecimento sobre o tema possam ser atingidas. As ilustrações deste material são lúdicas e facilitaram o entendimento acerca dos principais assuntos sobre amamentação, para que, tanto pessoas que amamentam, quanto qualquer pessoa que se interesse pelo assunto consiga compreender. Além dessas abordagens, consideramos importante uma linguagem clara e objetiva, com cuidado aos termos técnicos ou palavras difíceis,

substituindo-as por palavras comuns e inteligíveis para população com diversos níveis de letramento.

Grande parte dos materiais educativos disponíveis atualmente abordam o manejo da amamentação priorizando a técnica, com pouca ênfase em aspectos como o período específico da apojadura e seus desafios, a estimulação do vínculo da mãe com o bebê, o manejo da amamentação em situações especiais como em gemelares, a manutenção do aleitamento no retorno ao trabalho de quem amamenta, a doação de leite humano e situações específicas de contraindicações da amamentação e como proceder nesses casos. Outrossim, o e-book terá um tópico especial para abordar o manejo da amamentação em caso de infecção por Covid-19, uma importante atualização para materiais educativos.

**OBJETIVO**

---

### **3. OBJETIVO**

Elaborar e avaliar um e-book sobre aleitamento para pessoas que amamentam.

## MATERIAIS E MÉTODO

---

## 4. MATERIAIS E MÉTODO

### 4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo metodológico, descritivo, de abordagem quantitativa para avaliação de um material educativo do tipo e-book com objetivo de guiar e informar sobre o aleitamento direcionado para pessoas que amamentam. Segundo Polit e Back (2011) a pesquisa metodológica fomenta a análise de métodos para coletas, estruturação e avaliação de dados, além de promover o desenvolvimento e a validação de materiais ou instrumentos educativos.

### 4.2 PERÍODO E LOCAL DO ESTUDO

O período de desenvolvimento da pesquisa foi de julho de 2021 a novembro de 2022, conforme etapas pormenorizadas a seguir. O desenvolvimento da pesquisa teve início no segundo semestre de 2021, com a elaboração do tema e posteriormente o projeto de pesquisa para submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. A elaboração e-book foi realizada no período de fevereiro/2022 até julho/2022, contemplando a execução da revisão de literatura em diretrizes e manuais nacionais e internacionais e bases de dados de literatura científica. A elaboração do e-book contemplou o desenvolvimento do roteiro para o material educativo, a definição dos conteúdos e textos que compuseram o material, a construção das ilustrações e a diagramação pelo design gráfico. No período de agosto/2022 até a primeira quinzena de setembro/2022, foi aplicado o formulário online para os juízes, responsáveis na avaliação de conteúdo do material e os juízes técnicos, especialistas na área de design gráfico. A partir da segunda quinzena de setembro/2022 até outubro/2022 foi realizada a análise de dados e redação final do estudo.

A pesquisa foi desenvolvida em ambiente virtual, com o contato dos participantes por meio do correio eletrônico (e-mail) e aplicativo multiplataforma de

mensagens instantâneas (WhatsApp), e o questionário de avaliação foi enviado aos participantes utilizando a plataforma digital Google Forms®.

#### 4.3 PARTICIPANTES

Os participantes do estudo foram profissionais da área de materno-infantil, com experiência no manejo da amamentação, que atuaram como juízes para avaliação de conteúdo do material, com a finalidade de conferir credibilidade ao material elaborado.

Os juízes para avaliação de conteúdo e de design gráfico foram recrutados e selecionados de acordo com critérios descritos por Fehring (1987) adaptados, conforme descrito nos critérios de inclusão e exclusão. O tamanho amostral seguiu recomendações consolidadas de autores em relação à quantidade de avaliadores para esse tipo de pesquisa (FEHRING, 1986; LYNN, 1986).

Os critérios de inclusão foram ser um profissional da área de materno-infantil, em nível técnico ou superior, com experiência no manejo da amamentação e vivência na prática clínica de no mínimo seis meses na área de atuação (incluindo atenção básica, nível secundário ou terciário de atenção e docência). Foram incluídas nos critérios, consultoras(es) em aleitamento que cumprissem os critérios de experiência clínica, mesmo com formação básica em outras áreas do conhecimento que não a área da saúde. Como critério de exclusão foi definido o descumprimento do prazo máximo para devolução da avaliação, preenchida, mesmo que houvesse concordância inicial com a participação na pesquisa.

#### 4.4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A elaboração e-book teve início com a formulação de um roteiro para o conteúdo a ser abordado, a partir do consenso da equipe pesquisadora acerca das temáticas mais relevantes a serem contempladas no material educativo. O desenvolvimento do e-book foi precedido pelo levantamento de literatura internacional

e nacional, utilizando as como fontes principais de pesquisa os Cadernos de Atenção Básica do Ministério da Saúde de Brasil, os documentos e diretrizes publicados pela Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASCO), pareceres técnicos como o parecer da Câmara Técnica nº 18/2016 do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) e publicações científicas disponíveis nas bibliotecas digitais Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

A partir dos resultados da revisão de literatura, foi elaborado um quadro sumário, utilizando o programa Microsoft Excel®, com as seguintes informações: títulos das publicações, conteúdos abordados e as referências técnico-científicas que foram utilizadas para embasamento do conteúdo (Apêndice A). O quadro sumário embasou a elaboração dos textos para o e-book, que foi estruturado graficamente utilizando o Programa Canva®, em versão gratuita. Esta estrutura com os conteúdos base foram disponibilizados a um profissional designer que realizou sua diagramação e ilustração utilizando os programas Adobe Photoshop® e Adobe Illustrator®. A versão final do e-book, enviada aos juízes para avaliação está apresentada no Apêndice B.

O recrutamento dos juízes para a avaliação do e-book foi realizado por meio do acesso ao currículo lattes, de domínio público, avaliando se aqueles profissionais atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa. O contato inicial e convite para participação na pesquisa foi feito por e-mail de contato profissional e por aplicativo multiplataforma de mensagens instantâneas para todos os profissionais listados. No convite foi fornecido um link para acesso da plataforma digital Google Forms®, onde estavam disponibilizados o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice C), o acesso para o e-book em sua versão final para avaliação e o formulário de avaliação (Apêndice D).

O instrumento da coleta de dados (formulário de avaliação) foi composto por 14 perguntas distribuídas em três categorias: objetivos do e-book; estrutura, organização e apresentação do material educativo; relevância do material. As perguntas do questionário eram objetivas com opções de resposta estruturadas em escala do tipo Likert, contendo cinco opções de respostas: 1- Discordo Totalmente; 2- Discordo; 3- Indiferente; 4- Concordo; 5- Concordo totalmente, que permitiu avaliar

cada parte da cartilha, a partir da clareza de linguagem, pertinência prática e relevância teórica. Ao final do questionário, foi disponibilizado um espaço destinado para registro discursivo de sugestões e comentários. As sugestões e comentários foram acolhidas após consenso com a equipe pesquisadora e as adequações foram implementadas no e-book.

Os juízes tiveram o prazo máximo de 45 dias após o aceite em participar da pesquisa para devolver o formulário de avaliação preenchido, o que se deu automaticamente ao final da avaliação pela plataforma digital.

#### 4.5 ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram organizados em planilhas do Microsoft Excel® e processados e analisados pelo Programa IBM® SPSS® Statistics, versão 25. No que se refere à análise dos dados, a caracterização dos juízes foi analisada por estatística descritiva. Para analisar o nível de concordância da resposta proposta nos itens do questionários a partir da escala likert, as respostas dos entrevistados tiveram a atribuição de um determinado valor, sendo então transformada a escala nominal para uma escala numérica disposta a seguir: a Resposta 1 - Discordo totalmente, recebeu valor zero; Resposta 2 - Discordo, recebeu valor 0,25; Resposta 3 - Indiferente, recebeu valor 0,50; Resposta 4 - Concordo, recebeu valor 0,75; Resposta 5 - Concordo totalmente, recebeu valor 1,0. O valor mínimo definido pela equipe pesquisadora como parâmetro mínimo para validação por item e da escala global foi de 0,8.

#### 4.6 ASPECTOS ÉTICOS

Este estudo atendeu a regulamentação disposta nas Resoluções nº 466/2012 e nº510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, para pesquisas envolvendo a participação de seres humanos. Por tratar-se de uma pesquisa que foi desenvolvida em ambiente virtual, também foram atendidas as recomendações da Carta Circular nº

1/2021 da CONEP e da LGPD nº 13.709, de 14 de agosto de 2018. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo (CoEP) conforme parecer nº 5.300.123 de 2022 e CAAE 55625222.4.0000.0062 (Anexo A).

Os profissionais que aceitaram o convite para participar da pesquisa preencheram e concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que foi disponibilizado no formulário da pesquisa na plataforma digital. Todos os participantes foram devidamente informados sobre o objetivo da pesquisa e orientados conforme redigido no TCLE, os direitos do participante, destacando inclusive a concessão à desistência quando desejar, sem quaisquer prejuízos ao partícipe. Foram destacados os ônus e bônus da participação na pesquisa. A identidade dos participantes foi mantida em sigilo durante toda a pesquisa e o anonimato será mantido em publicações e apresentações do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

---

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O material educativo digital foi enviado para 83 profissionais dos quais obteve-se 33 respostas. Dessa taxa de 39,7% de respostas obtidas, 30 eram de juízes de conteúdo, profissionais com experiência em manejo de amamentação e três eram designers. Os respondentes foram caracterizados quanto a identidade de gênero, faixa etária e situação civil (Tabela 1), com destaque para o percentual de 91% do público respondente feminino. Hernandez e Vieira (2020) afirmam que 70% das equipes de saúde espalhadas pelo mundo são compostas por mulheres. Este grande número em partes se dá por consequência do início da força de trabalho das mulheres no final do século XIX, que fora relacionada a funções tradicionais e culturais do estereótipo feminino, associado a educar, servir e cuidar (BARISON, 2013). Sendo assim, por tratar-se de um tema relacionado à saúde, era esperado que a maioria dos respondentes se identificasse como mulher, já que a força de trabalho da saúde, especialmente da saúde da mulher, é majoritariamente feminina.

Quanto à faixa etária, houve predominância de respondentes entre 31 a 40 anos de idade, sendo que a variável teve amplitude de 23 a 67 anos de idade e média de 45 anos de idade. Houve um dado faltante para essa informação. O perfil de situação civil apontou que a maioria dos respondentes (67%) tinham uma parceria, sendo casados ou vivendo em união estável.

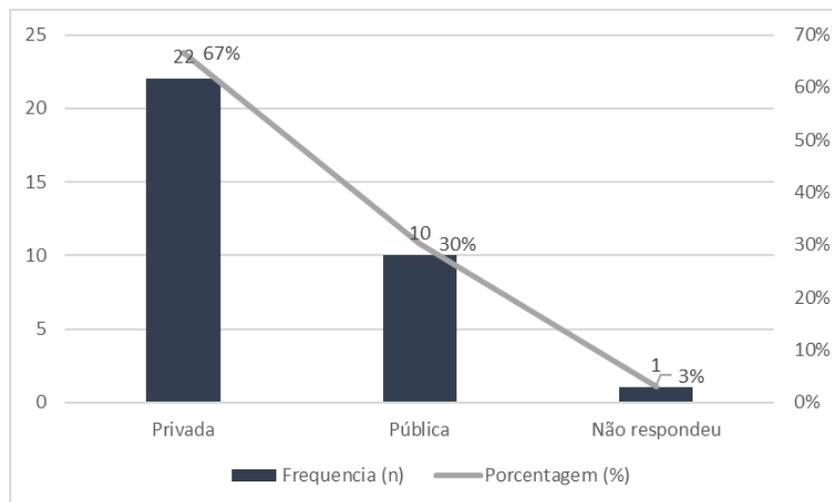
O perfil dos participantes quanto ao tipo de instituição de ensino em que foram formados (Figura 1), região do país em que atuam (Figura 2), categoria profissional (Figura 3) e tempo de atuação na área materno-infantil (Figura 4) apontam para a maior prevalência de formação em instituições privadas de ensino (67%), com maioria dos respondentes atuando na região sudeste no Brasil (79%), sendo predominantemente enfermeiros (67%), seguido de médicos (6%) e outros profissionais (3%) que incluíram farmacêuticos, dentistas, obstetrias, auxiliares e técnicos de enfermagem, pedagogos e publicitários.

**Tabela 1. Perfil dos avaliadores quanto à identidade de gênero, faixa etária e situação civil.**

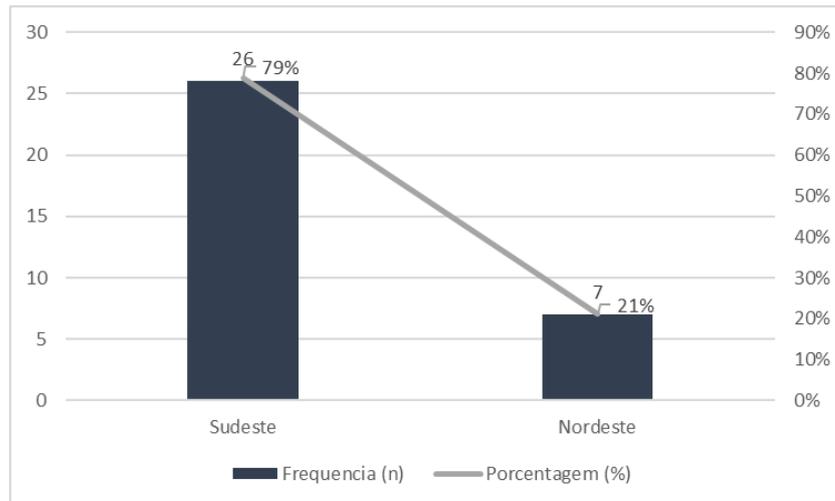
Perfil dos Juízes		Frequência (n)	Porcentagem (%)
Identificação de gênero	Feminino	30	91
	Masculino	03	09
Faixa etária	21 a 30 anos	11	35
	31 a 40 anos	15	47
	41 a 50 anos	03	09
	51 a 60 anos	01	03
	60 anos ou mais	01	03
	Não respondeu	01	03
	Status civil	Casado/União estável	22
	Solteiro/Divorciado	11	33

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

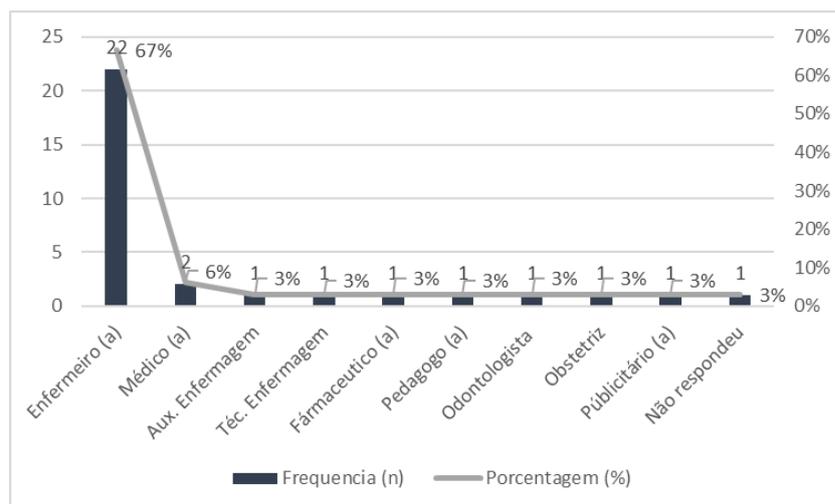
**Figura 1. Distribuição dos participantes por instituição pública ou privada.**



Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

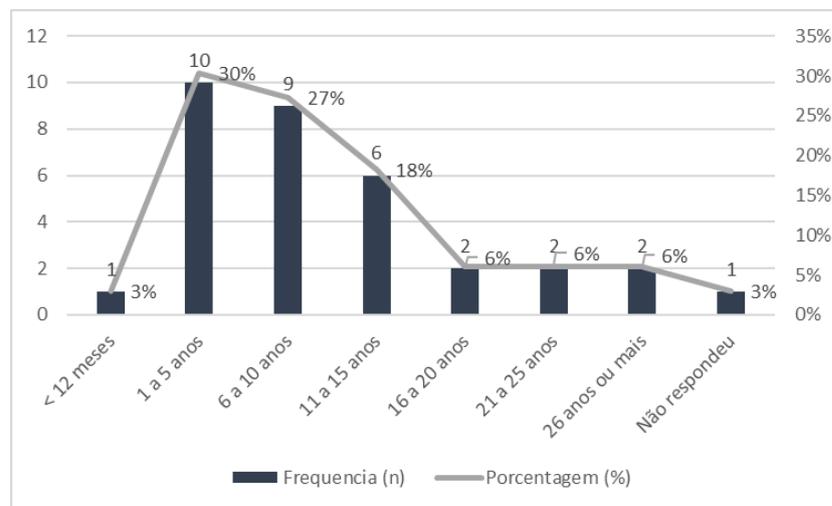
**Figura 2: Distribuição dos participantes por região de atuação.**

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

**Figura 3: Distribuição dos participantes por categoria profissional.**

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

A assistência de enfermagem é de extrema importância no acompanhamento do pré-natal, no acolhimento ao paciente e família e na educação em saúde. Ainda assim, é indispensável o atendimento integrado à equipe interprofissional, favorecendo o cuidado holístico, atendendo as necessidades e promovendo o bem-estar ao binômio nutriz-bebê e a família (TAVARES, 2022). Dessa forma, a atuação da equipe de interprofissional é extremamente importante para incentivar e promover o aleitamento materno apoiando e instruindo de forma educativa da pessoa que amamentará durante o pré-natal, por meio de grupos de gestantes, no alojamento conjunto e na puericultura (SIQUEIRA et al, 2017).

**Figura 4: Distribuição dos participantes por tempo de atuação na área.**

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

Conforme o tempo de atuação na área de materno infantil, 33% dos participantes tinham entre 1 e 5 anos de experiência no manejo da amamentação, correspondendo ao grupo mais expressivo no estudo. De acordo com a teórica Patrícia Benner, tanto o conhecimento quanto a experiência na área, são fundamentais para que os profissionais detenham de uma compreensão e observação crítica, além de tomada de decisões que guiem suas condutas (CASTELLANOS, CONCHA 2019). Embora o embasamento teórico seja de extrema relevância, a experiência profissional tem sua expressa contribuição para expertise do profissional, pois abordar sobre a amamentação abrange não somente dimensões biológicas e técnicas, mas também aspectos psicológicos, socioculturais e políticos (SIQUEIRA et al, 2017). Ainda segundo a teórica, a experiência é o produto do questionamento, esclarecimento ou negação de fundamentos em determinadas situações, visto que, conforme se adquire conhecimentos teórico-práticos, habilidades com princípios acompanhado da experiência, conquista-se o êxito nas atividades profissionais (PÉREZ, 2020).

Os participantes avaliaram o e-book quanto ao cumprimento dos objetivos a que se propôs (Tabela 2), quanto à estrutura, organização e apresentação do material educativo (Tabela 3) e quanto à relevância do conteúdo apresentado (Tabela 4).

**Tabela 2. Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto aos objetivos do Ebook**

<b>Avaliação do material: objetivos do Ebook</b>	<b>Aprovação</b>	<b>Aprovação (%)</b>
O material apresenta adequada perspectiva em relação à promoção e incentivo do aleitamento materno?	0,91	91%
O material atende os objetivos de informar e guiar o público-alvo (gestantes e puérperas) em relação ao aleitamento materno?	0,89	89%
O material é apropriado para ser disponibilizado ao público-alvo (gestantes e puérperas)?	0,89	89%
O material cumpre em atender o público-alvo (gestantes e puérperas) independente da sua condição socioeconômica, racial ou religiosa/espiritual?	0,90	90%

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

Conforme o critério definido no estudo de valoração mínima de 0,8 (80%) de aprovação, os resultados indicam que o material apresenta adequada perspectiva em relação à promoção e incentivo do aleitamento materno. Os participantes apontaram concordar que o E-book atende os objetivos de informar e guiar as gestantes e puérperas em relação ao aleitamento materno e que também é apropriado para ser disponibilizado ao público-alvo, independentemente da sua condição socioeconômica, racial ou religiosa/espiritual, com índices que variaram entre 89% a 91% para esses quesitos.

**Tabela 3. Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto à estrutura, organização e apresentação do material do Ebook**

<b>Avaliação do material: estrutura, organização e apresentação do material</b>	<b>Aprovação (n)</b>	<b>Aprovação (%)</b>
O conteúdo abordado está corretamente compatível com as referências científicas?	0,88	88%
O conteúdo está assertivo às normas da língua portuguesa referente à concordância e ortografia?	0,78	78%
As figuras adotadas são adequadas, expressivas e relacionadas ao conteúdo?	0,88	88%
As informações contidas são estruturadas e apresentadas de forma clara e objetiva?	0,88	88%
O conteúdo apresentado está com seguimento lógico?	0,86	86%
As informações na capa e contracapa estão apropriadas quanto a estrutura de um e-book e relacionadas com o conteúdo?	0,89	89%
O suporte de orientações e informações estão sendo apresentadas adequadamente para auxiliar a mulher no processo prático da amamentação?	0,89	89%

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

Os resultados quanto à estrutura, organização e apresentação do material foram os que apresentaram menores escores médios entre os avaliadores, demonstrando a necessidade de readequação de questões relacionadas especialmente à assertividade de normas de linguagem, que teve o menor valor atribuído (78%) e não pode ser considerado adequado pelos parâmetros definidos. Houve a preocupação em produzir conteúdo com uma linguagem que fosse acessível às pessoas, mas o cuidado com ortografia e gramática da língua portuguesa devem ser uma premissa do material educativo e informativo.

**Tabela 4 – Taxa de aprovação das respostas dos juízes quanto à relevância do conteúdo do Ebook**

<b>Avaliação do material: relevância do conteúdo do Ebook</b>	<b>Aprovação (n)</b>	<b>Aprovação (%)</b>
O tema abordado pode acrescentar no conhecimento da nutriz sobre aleitamento, incluindo o manejo para a amamentação e fortalecimento do binômio?	0,86	86%
O tema aborda assuntos fundamentais acerca da amamentação?	0,91	91%
O material é adequado para ser utilizado por pessoas que possuem dúvidas e inseguranças relacionadas à amamentação?	0,90	90%

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

Os participantes apontaram concordar que o E-book apresenta conteúdo relevante para pessoas que amamentam e para aquelas que apoiam a amamentação, com índices que variaram entre 86% e 91% para esses quesitos.

Na avaliação global, considerando as três dimensões do e-book sobre as quais os participantes opinaram, há aprovação do material educativo segundo os parâmetros estabelecidos, com índices que variaram entre 86% e 91%, com avaliação média de 89% de adequação para o e-book (Tabela 5).

**Tabela 5 – Taxa de aprovação das respostas dos juízes em todas as categorias**

<b>Avaliação do material: Todas as categorias</b>	<b>Aprovação (%)</b>	<b>Aprovação (n)</b>
Objetivos do Ebook	86%	0,86
Estrutura, organização e apresentação do material do Ebook	91%	0,91
Relevância do Ebook	90%	0,90
<b>Total</b>	<b>89%</b>	<b>0,89</b>

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022

De acordo com Silva et al. (2022) receber informações e orientações adequadas sobre amamentação contribui para a prevalência do aleitamento. Dessa forma, ferramentas que possam facilitar o processo de aprendizagem corroboram para a execução da educação em saúde (LIMA et al, 2020). Materiais destinados a promoção do aleitamento materno que abordam temas favorecendo a amamentação; preparação da gestante ainda no pré-natal para amamentar; caracterização e auxílio nos principais problemas relacionados ao aleitamento; apresentação das legislações brasileiras de apoio e defesa à amamentação, dentre outros assuntos importantes, expressam uma perspectiva ampliada da amamentação, tratando a mulher como protagonista desse processo e fortalecendo o vínculo do do binômio nutriz-bebê (KALIL; AGUIAR, 2016).

No espaço destinado a sugestões, os juízes, em sua maioria, destacaram a importância da revisão da ortográfica; inclusão de novas temas, tais como “Importância da rede de apoio”, “Amamentação de bebês internados em UTIs” e “Como identificar se o bebê está bem alimentado”. Contudo, aos comentários realizados em nota, foram interpretados e discutidos pelo grupo, que concordou na maioria dos pontos sugeridos para melhoria e aperfeiçoamento do material. As alterações necessárias para atingir todas as propostas indicadas até o momento de apresentação deste conteúdo, foram consideradas inviáveis pelo fator de gerenciamento de tempo e disponibilidade do profissional Designer, por isso, a versão do material apresentada como apêndice nesse estudo é considerada uma preliminar.

CONCLUSÃO

---

## 6. CONCLUSÃO

Conclui-se que foi possível desenvolver um e-book com conteúdo ampliado, linguagem acessível, clara e assertiva, com ilustrações detalhadas e inteligíveis, com consistência de conteúdos, pertinência prática e relevância teórica. Após percentagem de satisfação dos juízes para com o material, o produto resultado do estudo pode ser viabilizado para acesso de pessoas que amamentam contribuindo para promoção do aleitamento através da divulgação de um material educativo de suporte para o manejo da amamentação.

Durante o desdobramento deste trabalho foram encontradas algumas limitações em relação à ausência de respostas de profissionais de outras áreas da saúde que não foram incluídas nos resultados do estudo. Além disso, houve dificuldade de encontrar um ilustrador que acolhesse a proposta do e-book. Apesar das dificuldades enfrentadas, não houve interferências desfavoráveis para execução e processo de avaliação do material.

Este trabalho é de grande relevância tanto na prática profissional na assistência à amamentação, quanto ao suporte direto para as pessoas que amamentam, pois é um instrumento que contribui para promoção do aleitamento com amplas informações baseadas em evidências de fácil entendimento e acesso, reunido em um único material.

## REFERÊNCIAS

---

## REFERÊNCIAS

AOYAMA, Elisângela de Andrade; SILVA, Elane Pereira da; SILVA, Estela Tavares da. **A importância do aleitamento materno nos seis primeiros meses de vida do recém-nascido**. Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, 2020.

CARVALHO, Aline Tavares et al. **Fatores socioculturais, mitos e crenças de nutrizes potenciais causadores do desmame precoce: uma revisão integrativa**. Saúde Coletiva (Barueri), v. 10, n. 56, p. 3152-3163, 2020.

FALKENBERG, Mirian Benites et al. **Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2014, v. 19, n. 03.

FEHRING R. **Validating diagnostic labels: Standardized methodology**. In: Hurley ME., editors. **Classification of nursing diagnoses**. St. Louis (MO): Mosby, 1986. p.183-90.

FEHRING R. **Methods to validate nursing diagnoses**. Heart Lung. 1987; 16(6):625-9.

FERREIRA, Gabriela Rodrigues et al. **O papel da enfermagem na orientação do aleitamento materno exclusivo**. Revista Conexão Eletrônica, v. 13, n. 1, p. 1-18, 2016.

KALIL, Irene Rocha; AGUIAR, Adriana Cavalcanti de. **Protagonista da amamentação ou instrumento da política de saúde infantil?: a enunciação da mulher nos materiais oficiais de promoção e orientação ao aleitamento materno**. Saúde e Sociedade, v. 25, p. 31-42, 2016.

LIMA, Ana Carolina Maria Araújo Chagas Costa et al. **Construção e validação de cartilha educativa para sala de apoio à amamentação**. Revista Mineira de Enfermagem, v. 24, p. 1-8, 2020.

LYNN MR. **Determination and quantification of content validity**. Nurs Res. 1986; 35(6):382-5.

LUBACHEVESKI, Kézia Maciel; MARTINS, Elton Lubacheveski. **A importância da amamentação e os fatores que desencadeiam o desmame precoce: revisão da literatura**. Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu, v. 1, n. 4, 2021.

MATOS, Izabella Barison; TOASSI, Ramona Fernanda Ceriotti; OLIVEIRA, Maria Conceição de. **Profissões e ocupações de saúde e o processo de feminização: tendências e implicações**. Athenea digital: revista de pensamiento y investigación social. Barcelona. Vol. 13, n. 2 (jul. 2013), p. 239-244, 2013.

NÓBREGA, Valeska Cahú Fonseca da et al. **As redes sociais de apoio para o Aleitamento Materno: uma pesquisa-ação**. Saúde em Debate, v. 43, p. 429-440, 2019.

- PEREIRA, Máisa Galdino et al. **Saúde mental de mulheres profissionais de saúde no Brasil: uma revisão narrativa**. Nascimento ARS, Rodrigues ARGM, Castro AP e Medeiros NM. Saúde mental e suas interações: rompendo paradigmas, p. 24-29, 2021.
- PINHEIRO, Bruna Maciele; NASCIMENTO, Rafita Campos; VETORAZO, Jabneela Vieira Pereira. **Fatores que influenciam o desmame precoce do aleitamento materno: uma revisão integrativa**. Revista Eletrônica Acervo Enfermagem, v. 11, p. e7227-e7227, 2021.
- PINHEIRO, Josilene Maria Ferreira et al. **COVID-19: DESAFIOS PARA ASSISTÊNCIA MATERNO INFANTIL E AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA NO PERÍODO NEONATAL**. Revista Ciência Plural, v. 8, n. 1, p. e24776-e24776, 2022.
- POLIT, Denise F.; BECK, Cheryl Tatano. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem**. 7 ed. Porto Alegre: Artmed; 2011.
- RODRIGUES, Fernanda Odete Souza et al. **Amamentação na prevenção do câncer de mama: revisão de literatura**. Revista Eletrônica Acervo Científico, v. 18, p. e5900-e5900, 2021.
- SENA, Maria Cristina Ferreira; SILVA, Eduardo Freitas da; PEREIRA, Maurício Gomes. **Prevalência do aleitamento materno nas capitais brasileiras**. Revista da Associação Médica Brasileira, v. 53, p. 520-524, 2007.
- DA SILVA, Hémyllen Taísa Diniz et al. **Uso de tecnologias de informação e comunicação como estratégia educativa sobre aleitamento materno: relato de experiência**. Revista Ciência Plural, v. 8, n. 1, p. e24488-e24488, 2022.
- SILVA, Rafael Radison Coimbra Pereira da, et al. **Levantamento bibliográfico acerca dos fatores que influenciam o desmame precoce**. Research, Society and Development, v. 10, n. 10, p. e404101015488-e404101015488, 2021.
- SIQUEIRA, Fernanda Paula Cerântola et al. A capacitação dos profissionais de saúde que atuam na área do aleitamento materno. **Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo**, v. 19, n. 1, p. 171-186, 2017.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. – Departamento de Nutrologia. **Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. – 4ª. ed. - São Paulo: SBP, 2018.**
- TAVARES, Ana Raquel Bezerra Saraiva et al. O cuidado clínico de enfermagem e amamentação na Unidade Canguru. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 10, p. e82111032522-e82111032522, 2022.

## APÊNDICES

---

## APÊNDICES

### APÊNDICE A

#### Roteiro para elaboração do e-book.

Temas	Assunto	Referência
1 – Mudanças das mamas na gestação e puerpério	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar as alterações fisiológicas da dos mamilos e aréolas;</li> <li>→ Ilustração sobre as mudanças fisiológicas da mama.</li> </ul>	<p>NÚCLEO DE TELESSAÚDE DO RIO GRANDE DO SUL. <b>Quais cuidados com as mamas devem ser repassados à gestante no pré-natal, principalmente quanto à exposição solar e estímulo mamário?</b> Rio Grande do Sul: TELESSAÚDERS, 2014.</p> <p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. <b>Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico.</b> Brasília: Ministério da Saúde, 2005.</p>
2 – Produção e ejeção do leite humano	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar como acontece a produção do leite;</li> <li>→ Abordar a ejeção do leite após o nascimento do RN;</li> <li>→ Ilustração sobre como a sucção do RN auxilia na ejeção do leite.</li> </ul>	<p>HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA GRANDE DOURADOS. Filial da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – Ministério da Educação <b>Manual de Normas e Rotinas de Aleitamento Materno.</b> Minas Gerais: Ministério da Educação, 2017.</p>

<p>3 – Cuidados com a mama após o parto</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar o sutiã apropriado para a sustentação das mamas;</li> <li>→ Ilustração dos cuidados das mamas;</li> <li>→ Abordar os cuidados específicos com os seios após o parto.</li> </ul>	<p>NÚCLEO DE TELESSAÚDE DO RIO GRANDE DO SUL. <b>Quais cuidados com as mamas devem ser repassados à gestante no pré-natal, principalmente quanto à exposição solar e estímulo mamário?</b> Rio Grande do Sul: TELESSAÚDERS, 2014.</p>
<p>4 – Fases e características do leite humano. Funções e benefícios do aleitamento materno</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar as fases do leite humano durante o tempo de amamentação (colostro, transição e maturação);</li> <li>→ Apresentar a composição do leite colostro e do leite maduro;</li> <li>→ Apresentar que o leite tem a função de fornecer energia, nutrientes e fatores de proteção;</li> <li>→ Apresentar que o aleitamento materno reduz as chances do desenvolvimento do câncer de mama, câncer ovariano e de útero, osteoporose, doenças metabólicas e depressão pós parto. Evita a mortalidade infantil, a diarreia, infecções respiratórias, diminui o risco do desenvolvimento de hipertensão, diabetes, colesterol alto e obesidade infantil;</li> </ul>	<p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. <b>Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar.</b> 2. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2016.</p> <p>ABRINQ – Fundação Associação Brasileira dos Fabricantes de Brinquedos. <b>Aleitamento materno: Um guia para toda a família.</b> São Paulo: ABRINQ, 2020.</p>
<p>5 – Manejo da amamentação</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Preparação das mamas antes da amamentação;</li> <li>→ Ilustração quais posições são favoráveis para o aleitamento;</li> <li>→ Orientar sobre a posição; do bebê e a pega correta;</li> </ul>	<p>Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. <b>Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos.</b> Brasília : Ministério da Saúde, 2019.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Alternância das mamas na amamentação.</li> </ul>	<p>BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. <b>Amamentação</b>. BVS: Ministério da Saúde, 2016.</p> <p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. <b>Promovendo o Aleitamento Materno</b>. 2ª edição, revisada. Brasília: 2007</p>
6 – Amamentação de gêmeos	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Abordar como administrar a amamentação de gêmeos;</li> <li>→ Ilustrativamente, apresentar posições que podem promover e facilitar a amamentação com mais de um bebê ao mesmo tempo.</li> </ul>	<p>FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. <b>Amamentação de gêmeos é possível</b>. FIOCRUZ [data desconhecida].</p>
7 – Tipos de aleitamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar os diferentes tipos de aleitamento e as diferenças entre elas;</li> <li>→ Ilustrações das diferenças de cada tipo de aleitamento.</li> </ul>	<p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. <b>Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar</b>. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).</p>
8 – Mitos e verdades da amamentação	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Mitos e verdades populares sobre as mudanças nas mamas;</li> <li>→ Mitos e verdades populares sobre o leite materno;</li> <li>→ Mitos e verdades populares sobre cuidados com as mamas;</li> </ul>	<p>ABRINQ – Fundação Associação Brasileira dos Fabricantes de Brinquedos. <b>Aleitamento materno: Um guia para toda a família</b>. São Paulo: ABRINQ, 2020.</p>

<p>9 – Voltei a trabalhar, e agora?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Orientação e ilustração sobre ordenha e armazenamento do leite;</li> <li>→ Abordar os direitos sobre a amamentação da mãe que trabalha.</li> </ul>	<p>Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. <b>Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta</b>. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.</p> <p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. <b>Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar</b>. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).</p>
<p>10 – Amamentação e Covid-19</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar os cuidados recomendados atualmente durante a amamentação em situação de risco de transmitir o vírus SARS-CoV 2.</li> </ul>	<p>PORTAL DE BOAS PRÁTICAS EM SAÚDE DA MULHER E DA CRIANÇA. <b>Amamentação em Tempos de Pandemia da COVID-19</b>. 2020. 15 slides.</p> <p>CARVALHO, Carolina Abreu de (org.). <b>Orientações para Aleitamento Materno em Tempos de COVID-19</b>. Piauí: UFPI. 2020.</p>
<p>11 – Contraindicações do aleitamento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Apresentar as restrições da lactantes;</li> <li>→ Apresentar as restrições dos lactentes;</li> </ul>	<p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. <b>Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar</b>. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. –</p>

		(Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).
12 – Doação de leite humano	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ O que é a doação de leite humano;</li> <li>→ Quem pode doar;</li> <li>→ Qual o procedimento para doação;</li> <li>→ Como retirar e armazenar o leite para doar;</li> </ul>	<p>BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. <b>Conduta para a doação de leite materno e postos de coleta de leite humano no contexto da infecção Covid-19, causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2)</b>. Nota Técnica nº 8/2020-COCAM/CG CIVIL/DAPES/SAS/MS – Brasília : Ministério da Saúde, 2020.</p> <p>SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Aleitamento Materno. <b>Doação de leite</b>. [data desconhecida].</p>

## APÊNDICE B

**Questionário de pesquisa**

“Desenvolvimento e validação de um e-book sobre amamentação”

Idade: \_\_\_\_\_ Identificação de gênero: Feminino ( ) Masculino ( ) Outro ( ),  
Qual? \_\_\_\_\_

Estado Civil: Solteiro ( ) Casado ( ) União estável ( ) Divorciado ( ) Viúvo ( )

Cidade Natal: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_

**Graduação**

Nome da Instituição: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

Nível: \_\_\_\_\_ Ano do Término: \_\_\_\_\_

**Atuação**

Área de atuação: \_\_\_\_\_ Tempo de atuação: \_\_\_\_\_

Experiência com aleitamento materno? Sim ( ) Não ( ), se sim quanto tempo?

**Pós-graduação**

Nome da Instituição: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

Nível: \_\_\_\_\_ Ano do Término: \_\_\_\_\_

Nome da Instituição: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

Nível: \_\_\_\_\_ Ano do Término: \_\_\_\_\_

Após a leitura do e-book, marque a alternativa que corresponde à resposta das seguintes perguntas de acordo com a sua análise.

**De acordo com os objetivos:**

A) O material apresenta adequada perspectiva em relação à promoção e incentivo do aleitamento materno?

1- ( ) Discordo Totalmente;

2- ( ) Discordo;

3- ( ) Indiferente;

4- ( ) Concordo;

5- ( ) Concordo totalmente.

B) O material atende os objetivos de informar e guiar o público-alvo (gestantes e puérperas) em relação ao aleitamento materno?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

C) O material é apropriado para ser disponibilizado ao público-alvo (gestantes e puérperas)?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

D) O material cumpre em atender o público-alvo (gestantes e puérperas) independente da sua condição socioeconômica, racial ou religiosa/espiritual?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

**De acordo com estrutura, organização e apresentação:**

A) O conteúdo abordado está corretamente compatível com as referências científicas?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

B) O conteúdo está assertivo às normas da língua portuguesa referente à concordância e ortografia?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

C) As figuras adotadas são adequadas, expressivas e relacionadas ao conteúdo?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

D) As informações contidas são estruturadas e apresentadas de forma clara e objetiva?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

E) O conteúdo apresentado está com seguimento lógico?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

F) As informações na capa e contracapa estão apropriadas quanto a estrutura de um e-book e relacionadas com o conteúdo?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

G) O suporte de orientações e informações estão sendo apresentadas adequadamente para auxiliar a mulher no processo prático da amamentação?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

**De acordo com a relevância do conteúdo abordado:**

A) O tema abordado pode acrescentar no conhecimento da pessoa nutriz sobre aleitamento, incluindo o manejo para a amamentação e fortalecimento do binômio nutriz-bebê?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

B) O tema aborda assuntos fundamentais acerca da amamentação?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

C) O material é adequado para ser utilizado por pessoas que possuem dúvidas e inseguranças relacionadas à amamentação?

- 1- ( ) Discordo Totalmente;
- 2- ( ) Discordo;
- 3- ( ) Indiferente;
- 4- ( ) Concordo;
- 5- ( ) Concordo totalmente.

COMENTÁRIOS:

---

---

---

---

---

---

---

## APÊNDICE C

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

O Senhor (a) está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa denominada “**Desenvolvimento e validação de um e-book sobre amamentação**”, que tem como objetivo elaborar e validar um e-book sobre aleitamento materno para gestantes e puérperas. O estudo se justifica pela proposta de desenvolver e validar um material educativo que traga uma abordagem ampliada sobre amamentação com facilidade de acesso em uma realidade social cada vez mais digital e interativa, trazendo um e-book com figuras ilustrativas, texto de fácil entendimento e linguagem clara e objetiva.

Trata-se de um trabalho de conclusão de curso solicitado como requisito obrigatório para obtenção do título de bacharel do curso de Enfermagem do Centro Universitário São Camilo. O trabalho está sendo desenvolvido pelas graduandas: Gabriela de Pádua Nery, Luiza Sales Gomes da Silva, Maria Luiza Andrade Deganello, Mariana Abrão Conde e Renata Aparecida Caires Leão, orientadas pela Prof<sup>a</sup>. Fernanda Marçal Ferreira.

Para realização deste estudo, solicitamos seu consentimento para aplicar um questionário de validação de conteúdo referente ao e-book sobre amamentação elaborado. A sua participação envolverá: I - Realizar a leitura e análise crítica do e-book desenvolvido pelas pesquisadoras; II - Responder ao questionário, validando o conteúdo do material elaborado. As suas respostas serão empregadas para a realização deste estudo e esclarecemos que os resultados da pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou publicados em revistas científicas, sem a sua identificação; o sigilo das informações e o anonimato serão garantidos. A conclusão desta pesquisa está prevista para dezembro de 2022.

Como benefícios, o pesquisador **ofertará, fundamentado em seus conhecimentos e experiência, a possibilidade de qualificar atualizado e que poderá impactar positivamente a promoção do aleitamento e consequentemente a saúde materno-infantil.** Considera-se que os riscos aos quais o participante estará sujeito serão: desconforto físico pelo tempo de permanência diante da tela digital para validação do material produzido; e o ônus do tempo despendido pelo participante para a validação do conteúdo do material educativo, que será de aproximadamente 30 minutos. Para evitar e/ou reduzir as condições adversas que possam causar os danos explicitados nos riscos descritos acima, os pesquisadores pretendem disponibilizar o acesso ao material por um prazo de 60 dias, assim o participante poderá fazer as pausas que julgar necessário durante a avaliação do e-book além de acessá-lo conforme sua disponibilidade.

A sua privacidade será respeitada, incluindo manter preservados seu nome e qualquer dado ou elemento que possa, de alguma forma, identificá-lo, sendo mantido em sigilo durante toda a pesquisa e divulgação dos resultados.

Salientamos que a qualquer momento o (a) senhor (a) poderá recusar-se a participar do estudo, ou retirar seu consentimento, sem precisar se justificar, sem penalização alguma e sem nenhum ônus, ou seja, sua participação no estudo é totalmente voluntária. É assegurada a assistência durante toda pesquisa, bem como após e é garantido o livre acesso a todas as informações e esclarecimentos adicionais sobre o estudo e suas consequências.

Não haverá ônus pessoais em qualquer fase do estudo, assim como qualquer forma de pagamento em razão da sua participação. O (a) Sr. (a) terá o direito de conhecer os resultados da pesquisa em qualquer momento, mesmo antes do seu término.

Não é previsto que os participantes tenham despesas decorrentes da participação no estudo, no entanto, caso haja gastos comprovadamente relacionados à participação, estes serão ressarcidos mediante depósito bancário identificado. Salientamos também que eventuais danos comprovadamente relacionados à participação na pesquisa serão indenizados.

Caso aceite participar, uma cópia deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será automaticamente enviado ao seu e-mail de contato disponibilizado na pesquisa. Desde já agradecemos a sua colaboração e colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimentos durante todas as etapas da pesquisa.

Seguem nossos dados para contato:

Fernanda Marçal Ferreira – (11) 95209-6911 E-mail:  
[fernandamarcal85@gmail.com](mailto:fernandamarcal85@gmail.com);

Gabriela de Pádua Nery – (11) 98395-4546 Email:  
[gabriela.padua@outlook.com](mailto:gabriela.padua@outlook.com);

Luiza Sales Gomes da Silva – (11) 95361-9829 Email:  
[luizasales2400@gmail.com](mailto:luizasales2400@gmail.com);

Maria Luiza Andrade Deganello – (11) 99113-9875 Email:  
[milu.deganello@gmail.com](mailto:milu.deganello@gmail.com);

Mariana Abrão Conde – (11) 97283-6431 Email:  
[marianaabraoconde@gmail.com](mailto:marianaabraoconde@gmail.com);

Renata Aparecida Caires Leão – (11) 98440-2750 Email:  
[renatacaires1@hotmail.com](mailto:renatacaires1@hotmail.com).

Caso o(a) senhor(a) tenha alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo: Rua Raul Pompéia, 144, Pompéia – São Paulo – SP CEP: 05025-010 Tel: (11) 3465-2654 E-mail: coep@saocamilo-sp.br.

Assim, após a leitura deste termo, se o (a) senhor (a) compreendeu todas as informações recebidas, está esclarecido (a) e concorda em participar, precisa manifestar seu consentimento aceitando o termo na opção “Concordo em participar da pesquisa”.

Apêndice D –

**Ebook Amamentar**

# Amamentar

Um guia sobre amamentação  
para nutrizes e família



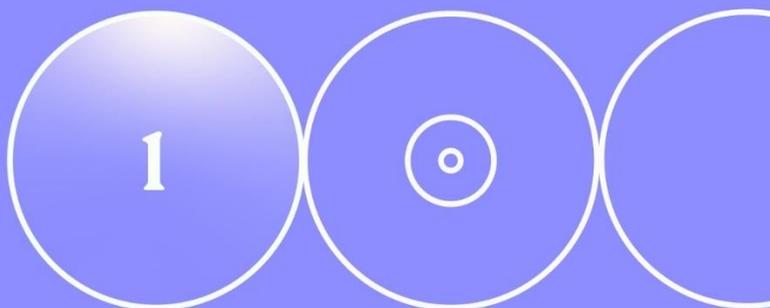
Gabriela de Pádua Nery  
Luiza Sales Gomes da Silva  
Mariana Abrão Conde  
Maria Luiza Andrade Deganello  
Renata Aparecida Caires Leão

Orientado pela  
Ms. Fernanda Marçal Ferreira

2022

## Sumário

1	Mudança das mamas na gestação.....	01
2	Produção e ejeção do leite humano.....	06
3	Cuidados com as mamas após o parto.....	08
4	Fases e características do leite humano. Funções e benefícios do aleitamento.....	12
5	Manejo do aleitamento.....	16
6	Amamentação de gêmeos.....	21
7	Tipos de aleitamento.....	24
8	Mitos e verdades sobre amamentação.....	27
9	Voltei a trabalhar, e agora.....	29
10	Amamentação e COVID-19.....	33
11	Contraindicações do Aleitamento.....	36
12	Doação de leite humano.....	39
☆	Glossário.....	43

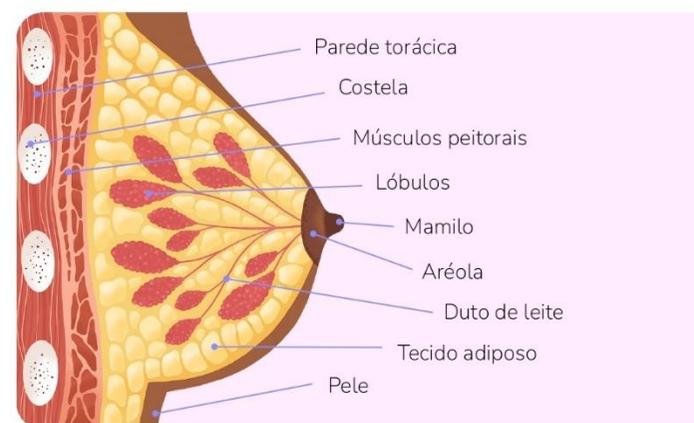


## Mudança das mamas na gestação

01

### 1 Mudança das mamas na gestação

Durante a gestação, as mamas passam por alterações que auxiliam a prepará-las para fornecer alimento ao bebê. Antes de aprendermos sobre essas mudanças, vamos conhecer como a mama é por dentro!



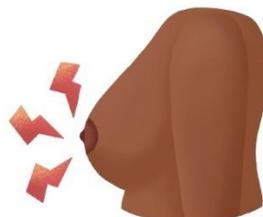
As mamas possuem estruturas que produzem e armazenam o leite, que parecem cachos de uva, chamados de lóbulos. Esta estrutura apresenta cerca de 63% do peito.

Nesse período de gravidez, a mama fornece proteção, umidade, calor, e nutrientes ao mesmo tempo que se prepara para fornecer alimento ao recém-nascido. Sendo assim, vamos conhecer as mudanças que podem ocorrer com seus seios.

02

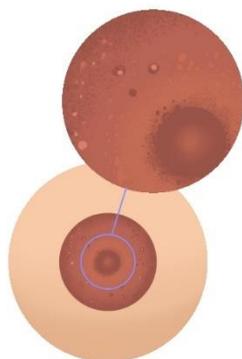
### É normal as mamas ficarem mais doloridas

Com o início da gravidez, uma grande quantidade de hormônios é liberada, estimulando o crescimento das mamas. Dessa forma, é normal os seios ficarem maiores e um pouco doloridos ou mais sensíveis.



### As veias podem ficar mais aparentes

É totalmente normal as veias ficarem mais evidentes, pois com o crescimento das mamas a pele estica bastante. Elas podem ter uma cor esverdeada ou azul.



### Bolinhas salientes na região das areolas podem aparecer

Estas bolinhas são chamadas de tubérculos de Montgomery, e é uma glândula produtora de sebo muito necessária para manter as areólas e os mamilos (bico do peito) lubrificados.

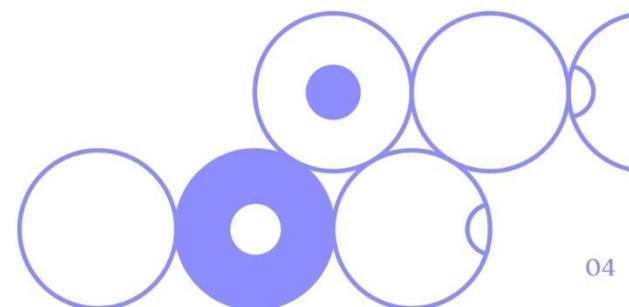
### Apojadura

Cerca de três a cinco dias após o parto, ocorre a descida do leite conhecida como apojadura, fazendo com que a mama fique inchada, e a maioria das mulheres sentem uma pressão, sensação de formigamento e calor na mama. Isso ocorre pois o leite está em fase de transição, se adaptando para alimentar o bebê de acordo com seu crescimento\*. Essas alterações podem ser desafiadoras para a amamentação, porém insistir e ofertar ao seu bebê em livre demanda ajuda a fazer com que a fase de apojadura aconteça mais rapidamente.

\*saiba mais no capítulo 4

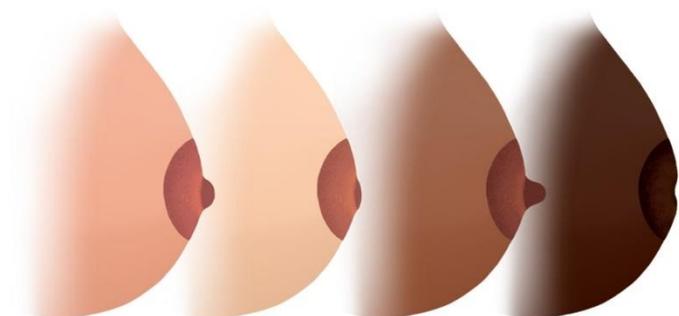
### Escurecimento das areolas

Elas podem ficar mais escurecidas por causa das mudanças hormonais e aumento da vascularização mamária.

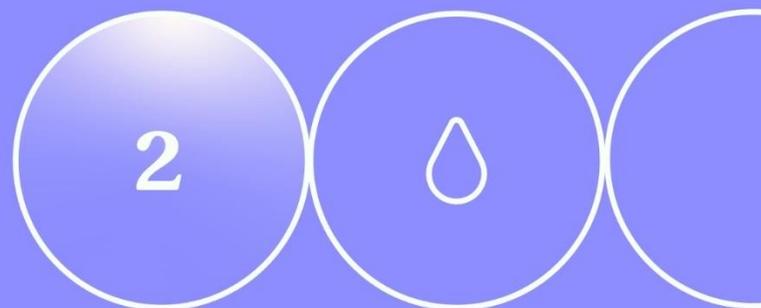
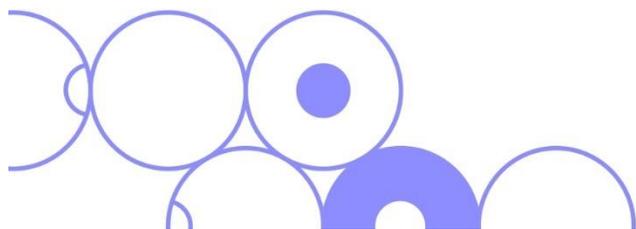


### O tipo de mamilo influencia na amamentação do meu bebê?

O tipo de mamilo pode tornar a oferta de leite para o bebê um pouco mais ou um pouco menos desafiadora, mas não impossibilita o aleitamento. Os mamilos são proeminências que mudam de pessoa pra pessoa, podendo ser menores ou maiores e cada bico tem uma cor específica e também formas diferentes.



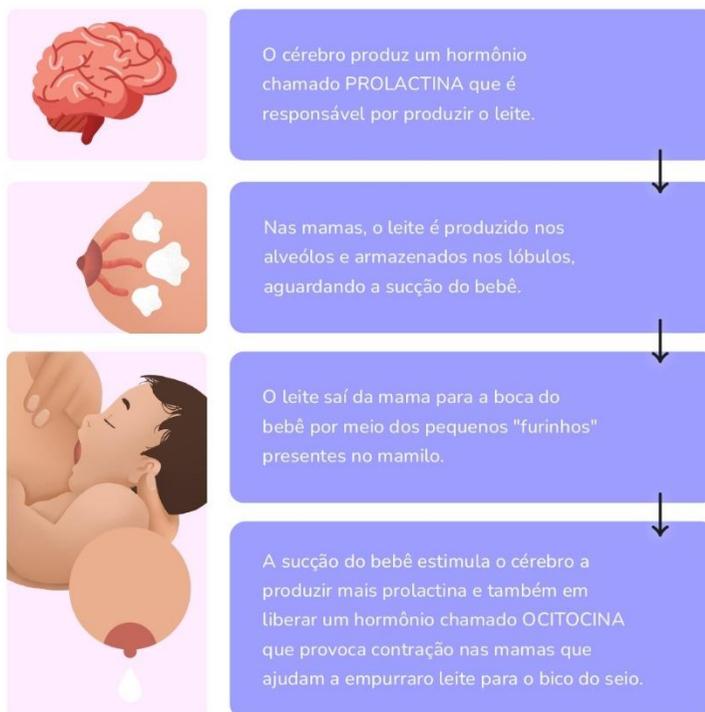
Com toda essa diversidade, nenhum tipo de bico impede a amamentação já que o bebê abocanha a aréola e não apenas o bico.



## Produção e ejeção (saída) do leite humano

## 2 Produção e ejeção (saída) do leite humano

Antes e durante a amamentação, o seu corpo efetua diversos processos para que o leite seja produzido e ejetado para alimentação do recém nascido! Vamos entender resumidamente como esse processo acontece?



07

3



## Cuidados com as mamas após o parto

08

### 3 Cuidados com as mamas após o parto



Lave o seio somente com água, sem sabonete, pois assim não será retirado a sua proteção natural.



Não é necessário utilizar sutiãs próprios para amamentação, mas se for confortável a sua utilização, é importante que seja um que auxilie na sustentação dos seios pelo alto volume.



Rachaduras e fissuras podem aparecer! Os mamilos podem ficar mais sensíveis na fase inicial da amamentação, e por isso, após a mamada espalhe uma gota do leite nos mamilos para lubrificá-los, que contribuí para a cicatrização

Na fase de decida do leite após o colostro, chamado apojadura, pode acontecer um fenômeno denominado **ingurgitamento mamário**.

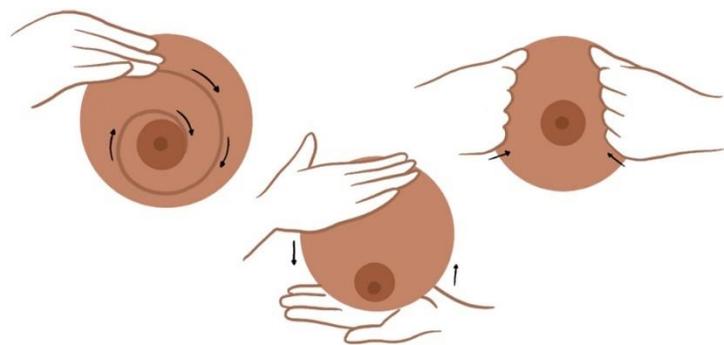
#### E o que isso significa?

O ingurgitamento mamário, também conhecido como leite empedrado, ocorre quando há um acúmulo de leite no tecido das mamas, que dá sensação de "encaroçamento". Apesar de temporário, pode causar dor intensa, febre, vermelhidão e inchaço, além de causar achatamento e tensão nos mamilos, o que dificulta na pega do bebê.

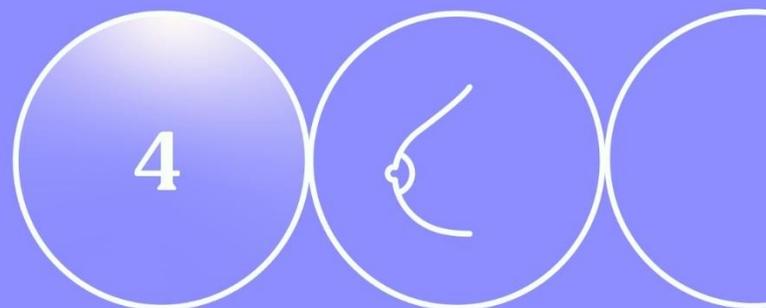


### Meus seios estão ingurgitados, e agora?

Preparar a sua mama com massagens delicadas e com movimentos circulares as deixam mais macias, além de favorecer na diminuição da tensão das aréolas e facilita na pega do neném.



O seu maior aliado na prevenção e tratamento da ingurgitamento é o seu bebê.



## Fases e características do leite humano

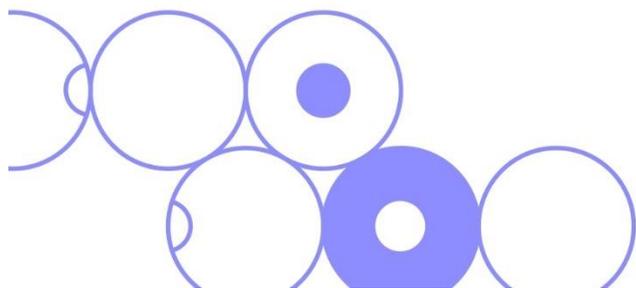
## Funções e benefícios do aleitamento

## 4 Fases do leite

O primeiro leite produzido na alimentação do recém nascido se chama colostro. Este possui coloração amarela e consistência espessa, sendo mais rico em proteínas do que em gordura.



Entre o 5º e 6º dia de vida da criança, o leite passa por uma fase de transição e se torna mais rico em gorduras e nutrientes colaborando com o desenvolvimento do bebê. O leite maduro alimenta a criança até o desmame, é rico em calorias e gorduras.



## Benefícios do aleitamento materno para o bebê



### Fortalece o sistema imunológico

Além de ser rico em vitaminas e minerais, carboidratos, ferro, gorduras, o leite materno fornece anticorpos, que combatem microorganismos e evita diarreias, infecções respiratórias, diminuindo o risco de alergias.



### Reduz chances de obesidade, pressão alta e diabetes

Devido a sua composição única, o leite auxilia na regulação do metabolismo da criança, diminuindo as chances de desenvolver essas doenças a longo prazo.



### Favorece à formação da cavidade bucal

O movimento de sucção que o bebê faz para puxar o leite da mama é essencial para o desenvolvimento da cavidade oral, pois beneficia a formação do palato duro, conhecido popularmente como "céu da boca", o que é essencial para alinhar corretamente os dentes e o fechamento correto da boca.



### Favorece à inteligência

Estudos apontam que crianças amamentadas exclusivamente por leite humano possuem um avanço intelectual enriquecido. Isso deve-se aos componentes presentes no leite que auxiliam no desenvolvimento do cérebro.

## Benefícios do aleitamento materno para a nutriz

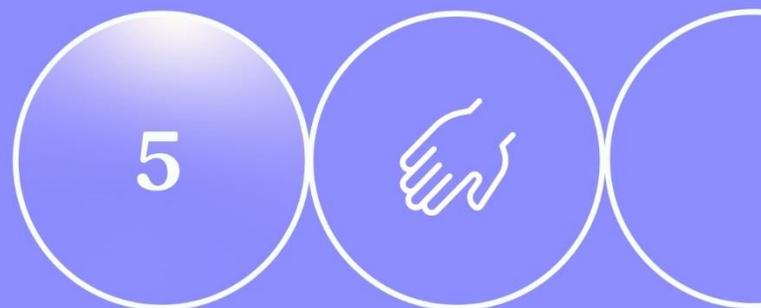


### Proteção contra câncer de mama

Estudos apontam que o risco de adquirir o câncer de mama reduz 4,3% a cada 12 meses de duração do aleitamento. Isso independe de idade, estar ou não na menopausa e etnia.

### Demais benefícios

- ✓ Proteção contra diabetes tipo 2;
- ✓ Outros tipos de câncer como de ovário e útero;
- ✓ Proteção para doenças como: obesidade, pressão alta, doenças coronariana, depressão pós-parto, doença metabólica, osteoporose, entre outras;
- ✓ Menor custo financeiro;
- ✓ Intensifica o vínculo com o bebê.



## Manejo do aleitamento

## 5 Manejo do aleitamento

### Pega correta

Amamentar não é uma atividade fácil. Pode causar dor, desconforto e cansaço, principalmente quando a criança não abocanha o seio corretamente. Sendo assim, para te ajudar nessa etapa, abordaremos como realizar a pega do bebê na mama da forma correta, e que assim você possa aproveitar esse momento único com seu bebê.



17

- O bebê deve estar virado para a mãe, na posição "barriga com barriga" ou seja, com a barriga do bebê encostada junto de seu corpo e mantendo os braços livres;
- A cabeça do bebê precisa estar alinhada com a coluna e de frente para o peito. O seu nariz deve estar de frente ao mamilo;
- Coloque o bebê para sugar quando ele abrir bem a boca;
- Quando o bebê pega o peito, o queixo deve estar encostado na mama, os lábios ficarão virados para fora e o nariz fica livre;
- As bochechas devem estar redondas, pois ficam cheias de leite na boca;
- A criança deve abocanhar, além do mamilo, o máximo possível da aréola;
- Respeite o tempo do seu bebê! Cada um possui seu próprio ritmo de mamar;
- Se preciso interromper a mamada, a mãe deve colocar a ponta do dedo na boca do neném. Ele soltará o seio para pegar seu dedo, o que evitará machucar o mamilo.

### Importante:

O bebê mama quando, quanto e como quiser, ou seja, ele pode escolher a mama e por quanto tempo deseja mamar em cada uma.

18

## A posição ideal para amamentar é aquela em que tanto a mamãe quanto o bebê sintam-se confortáveis!

### Tradicional

Sente-se em um local confortável, onde você possa apoiar as costas. Com o auxílio de um travesseiro ou almofada de amamentação, apoie o braço que está segurando a cabeça do bebê para lhe dar suporte



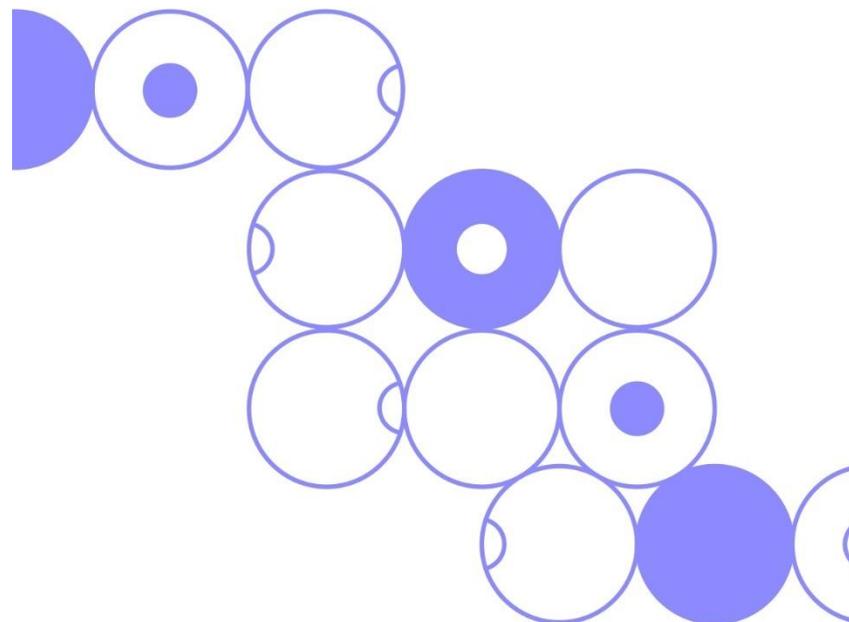
### Cavalinho

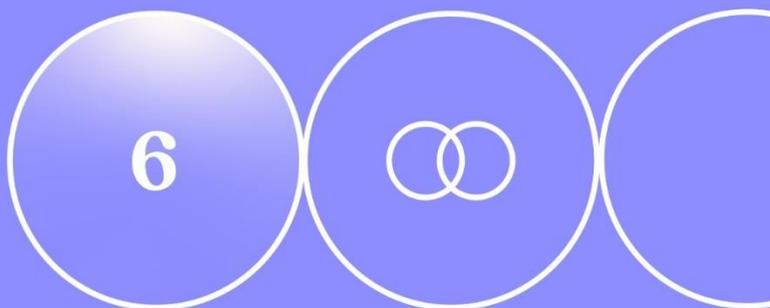
Sente-se em um local confortável, onde você possa apoiar as costas. Segure o bebê sentado de frente para o seio, segure sua cabeça com uma das mãos e oferte a mama com a outra. Ideal para crianças mais velhas, para apoiar o peso nas pernas.



### Deitado

Posição ideal para mães que tiveram cesárea e/ou quando estiver mais cansada. Tanto a mãe quanto o bebê estão deitados de frente para o outro. Pode-se utilizar um travesseiro para apoiar as costas do bebê





## Amamentação de gêmeos

### 6 Amamentação de gêmeos

Amamentar dois bebês é possível! Alimentar as duas crianças ao mesmo tempo pode inclusive trazer os benefícios de sincronizar a hora da soneca, aumentando o tempo livre para outras atividades para a mãe.

**Se você é mãe de gêmeos ou de dois bebês de idades diferentes que mamam fique tranquila, pois a produção do leite materno acontece a partir do estímulo de sucção do bebê na mama, então conforme as mamadas forem acontecendo, o corpo regula a quantidade necessária fabricada.**

O mais importante de tudo isso é o conforto dos bebês e da nutriz nesse momento, então aqui estão algumas posições indicadas para facilitar a amamentação com mais de um bebê ao mesmo tempo:



**Posição 1: Lateral**  
Tipo bola de futebol americano



**Posição 2**  
1 na tradicional e 1 na lateral



**Posição 3**  
Cruzados



**Posição 4**  
De frente

# Tipos de aleitamento

## 7 Tipos de aleitamento

### Aleitamento materno

Ocorre quando a criança recebe leite materno diretamente da mama ou ordenhado, seja recebendo ou não outros tipos de alimentos.



### Aleitamento materno predominante

Esse aleitamento é quando a criança recebe o leite materno e além disso, água, chás, infusões, sucos de frutas e fluidos rituais.

### Aleitamento materno complementado

Quando a criança recebe alimentos sólidos e semi sólido além do leite materno, como intuito de complementar o aleitamento. A criança também pode receber outro tipo de leite, porém não é considerado alimento complementar.



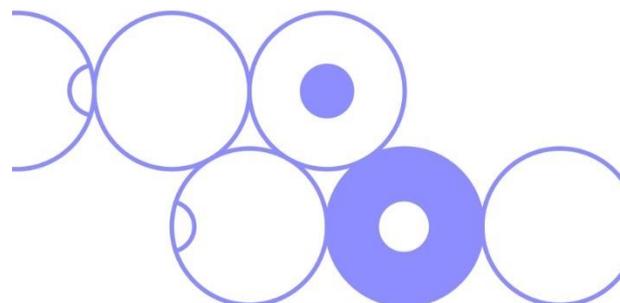
### Aleitamento materno exclusivo

Nesse caso é quando a criança recebe apenas o leite materno, diretamente da mama ou ordenhado, ou leite humano de uma outra fonte, porém pode ocorrer a presença de gotas ou xaropes contendo vitaminas, suplementação minerais, medicamentos, conforme prescrição dos profissionais de saúde.



### Aleitamento materno misto ou parcial

Ocorre quando a criança recebe outros tipos de leite além do leite materno





## Mitos e verdades sobre amamentação



### Mitos e verdades sobre amamentação

#### Meu leite pode ser fraco?



**Mito**

Toda mãe produz o leite com nutrientes adequados para alimentar e sustentar o seu filho conforme o seu desenvolvimento.

#### Mamadeiras e chupetas prejudicam na amamentação?



**Verdade**

Os bicos da chupeta, bicos artificiais, bicos de silicone, bicos rígidos e da mamadeira causam o desmame precoce. Pois possuem formato diferente ao bico do seio, causando confusão no bebê ao abocanha-los.

#### Amamentar deixa meus seios caídos?



**Mito**

A queda da mama ocorre por outros motivos, tais como a fatores, sobrepeso, idade avançada, e a própria gravidez que altera o formato e posicionamento dos seios

#### Situações constante de estresse e ansiedade afetam na produção do leite?



**Verdade**

Em situações de estresse há redução na produção da prolactina que interfere na preparação do leite, porém essa diminuição é passageira

9



## Voltei a trabalhar, e agora?

29

### 9 Voltei a trabalhar, e agora?

Após a licença maternidade, a mulher tem o direito de dar continuidade à amamentação, mesmo em ambiente de trabalho. É de extrema importância que a mulher esteja preparada para esse momento, pois é delicado e demanda atenção e cuidado.

**Para que a amamentação se mantenha, é necessário que haja o esvaziamento das mamas nos horários que o bebê costuma mamar, oferecer amamentação por livre demanda nos momentos em que estiverem juntos, retirar pequenas produções de leite para congelar e ter disponível nos momentos em que não está em casa.**

30

#### Os direitos para gestantes e lactantes são:

- Estabilidade no trabalho durante a gestação (art. 391 da CLT - Consolidação das Leis do Trabalho aprovada pelo Decreto - Lei no 5.452, de 1o de maio de 1943).
- Direito de ser dispensada mais cedo para comparecer em consultas e exames (Lei no 9.799 de 26 de maio de 1999, incluída na CLT – Consolidação das Leis do Trabalho).
- Licença maternidade de 120 dias (Lei no 10.421 de 15 de abril de 2002, art. 392 da CLT).
- Direito à duas pausas de meia hora ou uma pausa de uma hora da jornada de trabalho para ordenha numa sala especial para lactantes, sem desconto e além das pausas estabelecidas (art. 396 da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT)).



#### Importante:

É indispensável que mães adotantes também tenham todos os direitos segurados.

A retirada do leite para armazenamento pode ser feita manualmente ou com auxílio de bombinha extratora, mas em ambas a higiene precisa ser o fator principal. Para isso é necessário um frasco (preferencialmente de vidro) e com tampa completamente removível e que não tenha qualquer tipo de papel dentro.

#### Este frasco e tampa devem ser fervidos e guardados tampados após secar naturalmente.

Após o armazenamento do leite, é importante identificar com nome, data e horário da ordenha, conservar refrigerado para o consumo de até 12 horas e congelado para até 15 dias.

O descongelamento do leite deve ser em banho maria, nunca pode ser fervido ou colocado no microondas pois esses dois últimos podem destruir os fatores de proteção do leite materno.

A quantidade deve ser oferecida em copo, xícara ou colher para que o não haja confusão de bicos com mamadeiras ou chupetas.



10



## Amamentação e COVID-19

33

### 10 Amamentação e COVID-19

#### Posso amamentar mesmo estando com COVID?

Sim, a Organização Mundial da Saúde (OMS), aconselha que, mesmo em caso de infecção por parte da mãe, o aleitamento materno pode ocorrer normalmente. Estudos referem que não há passagem do vírus para o bebê por meio do leite. Para prosseguir com a amamentação é necessário seguir alguns cuidados importantes de higiene.



Usar máscara no momento da amamentação e troca-la sempre que tossir, espirrar ou a cada mamada.



Lavar bem as mãos com água e sabão, por 40 segundos, ou com álcool em gel por 20 segundos, antes e após tocar o bebê



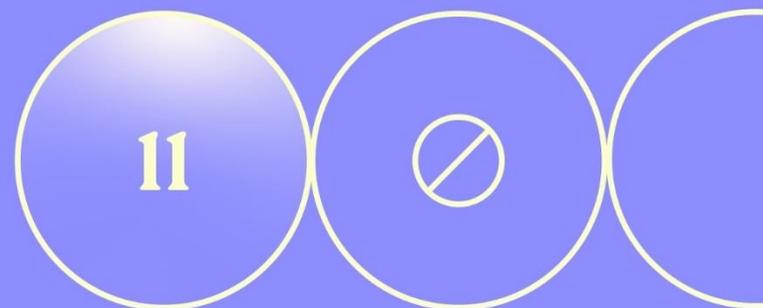
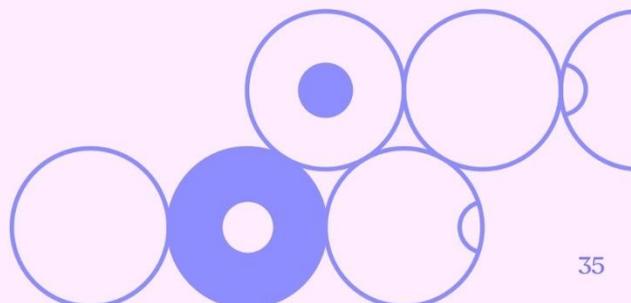
Limpar e desinfetar os locais que tenha tocado.

34

### **Estou com COVID-19, mas me sinto indisposta para amamentar, o que posso fazer?**

Você pode ordenhar o leite, após realizar os passos de higiene e pedir para que outra pessoa que esteja saudável ofereça ao seu bebê. Essa oferta pode ser realizada por meio de um copinho, xícara ou colher.

**A segurança no decorrer da amamentação durante a pandemia deve ser avaliada individualmente em cada situação. Em caso de dúvidas ou inseguranças, procure um profissional de saúde!**



## **Contraindicações do Aleitamento**

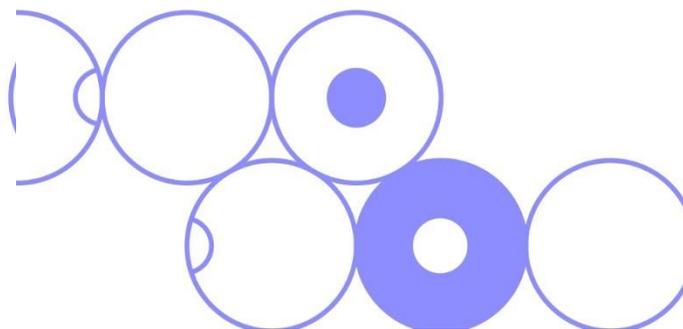
## 11 Contraindicações do Aleitamento

Existem situações nas quais eu não posso amamentar meu bebê? Sim, há algumas situações que o leite materno pode ser substituído parcialmente ou totalmente, sempre sob indicações médicas:

- Mães infectadas pelo vírus HIV.
  - Mães em tratamento de qualquer forma do câncer que façam uso de medicações e demais tratamentos para controle da doença
  - **Abcesso mamário:** infecção na mama com saída de pus. Amamentar somente na mama saudável
  - **Drogas ilícitas:** o uso de drogas como, cocaína, heroína, maconha, entre outras podem ter suas substâncias passadas para o leite materno, prejudicando o bebê;
  - **Bebidas alcoólicas:** Se possível não consuma bebida alcoólica, mas se for consumir respeite o intervalo entre o consumo e a mamada, que depende do tipo de bebida, quantidade e peso da nutriz.
- Fase de transmissão quando a mãe está com as seguintes doenças:
    - Doença de Chagas:** principalmente se há presença de sangramento no mamilo;
    - Varicela (catapora):** até que as lesões assumam forma de crosta;
    - Herpes:** se houver lesões na pele.
  - Outras condições que devem ser avaliadas é o estado da criança, que nesses casos, devem ter avaliação médica para suspensão ou não do aleitamento.

### O que posso fazer diante desses casos?

Primeiramente um acompanhamento médico para avaliação da situação individualmente, para ofertar uma alimentação ideal ao seu bebê.



12



## Doação de leite humano

39

## 12 Doação de leite humano

### O que é a doação de leite humano?

Algumas mulheres lactantes, começam a produzir leite em quantidade excessiva, e para que não haja o desperdício, foi criado a doação de leite, neste caso a maioria das mães decidem ajudar outras que não produzem leite na mesma proporção. Lembrando que não é preciso produzir muito para doar e não existe quantidade mínima para isso.

### Quem pode doar?

Todas as mães lactantes são doadoras potenciais de leite humano, a doadora deve ser saudável, não estar sob uso de medicamentos, não fazer uso de álcool ou drogas ilícitas, nem fumar mais do que dez (10) cigarros por dia, para não interferir na amamentação e na qualidade do leite. Em época de pandemia, devemos ressaltar que, mesmo não havendo estudos concretos sobre a transmissão do covid através da doação do leite, é contraindicado a doação de lactantes com sintomas gripais, infecção respiratória ou confirmação de caso da COVID-19.

### Qual o procedimento para doação?

É necessário entrar em contato com um Banco de Leite Humano (BLH) ou posto de coleta mais próximo a sua casa. A doadora será instruída para realizar a coleta e armazenamento do leite e realizará um cadastro de doadora. Então um médico avaliará os dados e estando apta, a equipe entrará em contato na véspera da visita. A cada visita, a doadora

40

receberá novos frascos esterilizados e vazios. Todo leite doado é analisado, pasteurizado e submetido a um rigoroso controle de qualidade antes de ser ofertado a um bebê.

### Onde encontrar um local para doar ou receber?

Existem cerca de 222 bancos de leite humano em todos os estados brasileiros e 217 postos de coleta. Para encontrar um banco de leite humano mais próximo de sua localidade ligue para o telefone 136 ou encontre pelo seguinte site:

<https://rbhl.fiocruz.br/localizacao-dos-blhs>

### Como retirar e armazenar o leite para doar?

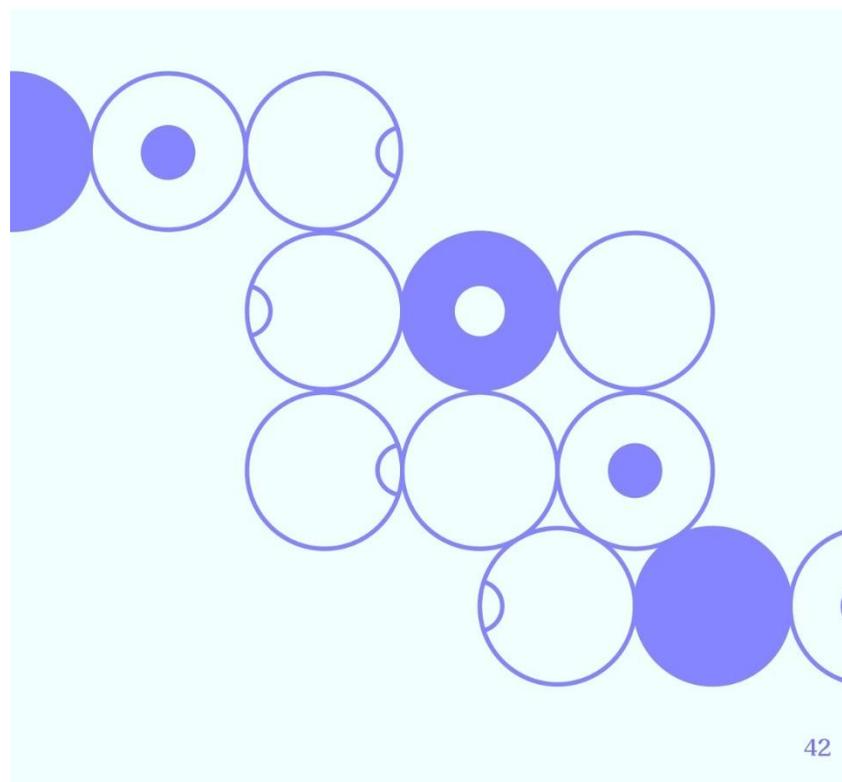
**Primeiro passo:** preparar o frasco esterilizado fornecido pelo BLH;

**Segundo passo:** o leite deve ser retirado logo após a amamentação ou quando as mamas estiverem muito cheias, é preciso lavar bem as mãos e antebraços com água e sabão e seque em uma toalha limpa, deve ser retirado em um local limpo, tranquilo e longe de animais, prenda e cubra os cabelos com uma touca ou lenço, evite conversar durante ou utilize máscaras para cobrir nariz e boca;

**Terceiro passo:** Massageie as mamas com as mãos, começando na aréola de forma circular, pegando toda a mama. O ideal é que o leite seja retirado manualmente. Segure sua mama com o dedão e o indicador na região da aréola e empurre para trás em direção ao corpo, aperte suavemente, repetindo esse movimento várias vezes até o leite

começar a sair, despreze as primeiras gotas e inicie a coleta no frasco.

**Quarto passo:** armazenar o frasco com o leite retirado no congelador, na próxima retirada utilize um novo recipiente esterilizado, ao finalizar, junte ao leite armazenado no primeiro frasco, sem que encha até a borda, deixando um espaço de dois (2) dedos abaixo da tampa. O leite pode ficar armazenado congelado por até quinze (15) dias.



## Glossário

**Lóbulos:** estruturas que produzem e armazenam o leite nas mamas.

**Tubérculos de Montgomery:** glândulas sebáceas localizada em torno do bico do peito.

**Aréolas:** pele mais escuro ao redor do bico do peito.

**Mamilos:** bico do peito.

**Apojadura:** processo onde se inicia a produção de leite materno após o parto.

**Prolactina:** hormônio que estimula a produção de leite.

**Alvéolos mamários:** minúsculos estruturas que ficam dentro do peito que produz o leite, o leite é produzido nos alvéolos mamários e chegam até o mamilo.

**Ocitocina:** hormônio que promove a contração uterina durante o parto e estimula produção de leite.

**Colostro:** primeiro leite que a mulher produz para amamentar, durante os primeiros 2 a 4 dias depois do parto

**Ingurgitamento mamário:** quando a mama fica com quantidade excessiva de leite, deixando-as doloridas e tensas.

**Anticorpo:** proteínas responsáveis por avisar o organismo quando existe alguma doença no corpo.

**Cavidade bucal:** boca.

**Sucção:** movimento de sugar.

**Palato duro:** céu da boca.

**Ovário:** glândulas reprodutivas que produzem óvulos.

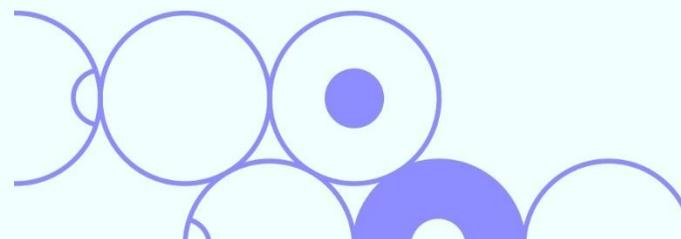
**Útero:** órgão onde o bebê é desenvolvido.

**Ordenha:** ato de retirada do leite das mamas.

**Abocanhá-los:** colocar na boca.

**Lactantes:** pessoa que amamenta.

**Leite pasteurizado:** processo de aquecer e resfriar o leite, com finalidade de destruir microrganismos.



ANEXOS

---

## ANEXOS

### ANEXO A - PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA



#### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

##### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE UM E-BOOK SOBRE AMAMENTAÇÃO

**Pesquisador:** Fernanda Marçal Ferreira

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 55625222.4.0000.0062

**Instituição Proponente:** Centro Universitário São Camilo

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

##### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 5.300.123

##### Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "Apresentação do Projeto", "Objetivo da Pesquisa" e "Avaliação dos Riscos e Benefícios" foram retiradas das Informações Básicas da Pesquisa, arquivo "PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS.pdf", gerado na Plataforma Brasil e no projeto brochura.

A importância da amamentação para o binômio nutriz-bebê é amplamente conhecida e por isso há inúmeras iniciativas institucionais e governamentais para que os profissionais de saúde encorajem e auxiliem o manejo desse processo fisiológico. No entanto, apesar dessas estratégias, sabe-se há insuficiência e inadequação de informações sobre aleitamento para muitas gestantes e nutrizes bem como a escassez de materiais educativos com abordagem ampliada, acesso facilitado e linguagem inteligível a diversos níveis de letramento da população. Considerando o contexto desafiador enfrentado por muitas famílias para o estabelecimento da amamentação; a importância de pensar práticas educativas de forma ampla, integral, com acesso facilitado para as pessoas e que comunique sobre aleitamento de forma assertiva e relevante para o contexto social; e as limitações de orientação e suporte das nutrizes, o presente projeto de pesquisa é norteado pela seguinte questão: Como abordar o aleitamento por meio de uma estratégia educativa diferencial e acessível que contribua para a promoção da amamentação?

A hipótese apresentada pelas pesquisadoras é que a construção de um e-book a partir do conceito

**Endereço:** Rua Raul Pompéia, 144

**Bairro:** Pompéia

**CEP:** 05.025-010

**UF:** SP

**Município:** SÃO PAULO

**Telefone:** (11)3465-2654

**E-mail:** coep@saocamilo-sp.br



Continuação do Parecer: 5.300.123

de um material facilitador para o leitor, sendo acessível por ser digitalizado com fácil visualização e compreensão e um caminho diferencial para divulgação de informação qualificada.

**Objetivo da Pesquisa:**

As pesquisadoras propõem como objetivo elaborar e validar um e-book sobre aleitamento para gestantes e puerperas.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

As pesquisadoras consideram que:

- Os riscos aos participantes serão: desconforto físico pelo tempo de permanência diante da tela digital para validação do material produzido; e o onus do tempo despendido pelo participante para a validação do conteúdo do material educativo, que será de aproximadamente 30 minutos. Para evitar e/ou reduzir as condições adversas que possam causar os danos explicitados nos riscos descritos acima, as pesquisadoras pretendem disponibilizar o acesso ao material por um prazo de 60 dias, assim o participante poderá fazer as pausas que julgar necessário durante a avaliação do e-book além de acessá-lo conforme sua disponibilidade.

- Os benefícios não serão diretos aos participantes, as pesquisadoras colocam que eles terão a oportunidade de contribuir para o desenvolvimento de um produto com impacto potencial na promoção do aleitamento e consequentemente para a saúde materno-infantil.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

\* Estudo nacional e unicêntrico. Caráter acadêmico,

\* Instituição proponente: Centro Universitário São Camilo\_SP, curso de graduação em Enfermagem.

\* Trata-se de um estudo metodológico de abordagem quantitativa descritiva para validação de um material educativo do tipo e-book com objetivo de guiar e informar sobre o aleitamento materno para gestantes, puerperas e nutrizes.

\* Caracterização do participante: A pesquisa será desenvolvida em ambiente virtual, com o contato dos participantes por meio do correio eletrônico (e-mail) e envio do material para validação de conteúdo por plataforma digital. Os participantes do estudo serão profissionais da saúde especialistas na área temática de materno-infantil que atuarão como juizes para validação de conteúdo do material, com a finalidade de conferir credibilidade ao material elaborado. A amostragem prevê 30 juizes de conteúdo e três juizes técnicos, especialistas na área de design gráfico.

\* Critérios de inclusão: profissionais da área da saúde com graduação em enfermagem, obstetria, medicina, odontologia, nutrição, fisioterapia e fonoaudiologia, com titulação mínima de mestrado,

**Endereço:** Rua Raul Pompéia, 144

**Bairro:** Pompéia

**CEP:** 05.025-010

**UF:** SP

**Município:** SAO PAULO

**Telefone:** (11)3465-2654

**E-mail:** coep@saocamilo-sp.br



Continuação do Parecer: 5.300.123

com prática clínica recente de no mínimo um ano na área temática (incluindo atenção básica, nível secundário ou terciário de atenção e docência), com capacitação (especialização) em área clínica relevante para a temática e com

publicação recente de artigo científico na área temática ou áreas afins. Serão incluídas(os) consultoras(es) de aleitamento materno que cumpram os critérios de titulação, experiência clínica e publicação, mesmo que tenham formação básica em outras áreas do conhecimento.

\* Critérios de exclusão: preenchimento incompleto do formulário de avaliação de conteúdo e não cumprimento do prazo máximo de avaliação.

\* Forma de convite ao participante: a seleção e convite será feita por e-mail de contato profissional disponibilizado na Plataforma Lattes. Uma lista de expertises será elaborada e os e-mails serão enviados com o link para a plataforma digital que conterá o consentimento ético, o acesso para o e-book, bem como o formulário de validação do conteúdo.

\* Procedimento: Após convite os juízes terão o prazo máximo de 60 dias após o aceite em participar da pesquisa para devolver o formulário de avaliação preenchido, o que se dará automaticamente ao final da avaliação pela plataforma digital. O instrumento de coleta de dados para validação de conteúdo do material, será um formulário digital na plataforma Google Forms® composto por 15 perguntas distribuídas em 3 categorias que representarão toda a temática inserida no e-book. O questionário estará disponível para ser respondido a partir de com a escala de pesquisa do tipo Likert que contém cinco opções de respostas para clareza de linguagem, pertinência prática e relevância teórica. Ao final, haverá um espaço destinado para as sugestões dos juízes. As sugestões deles serão acolhidas após consenso com a equipe pesquisadora e as adaptações necessárias serão realizadas.

\* Análise de dados: para analisar o nível de concordância da resposta proposta nos itens do questionário a partir da escala likert será atribuído um valor para transformar a escala nominal para uma escala numérica. O parâmetro de validação por item e da escala global será de 0,8.

\* O TCLE atende as exigências da Resolução 466/12.

\* Orçamento total do estudo será de R\$ 336,90, financiamento próprio.

\* A coleta de dados ocorrerá somente após submissão e aprovação de todos os trâmites éticos.

\* Resolução Pertinente 466/12.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Apresentados e adequados.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Todas as pendências do parecer anterior foram atendidas e após discussão em plenária o referido

<b>Endereço:</b> Rua Raul Pompéia, 144	<b>CEP:</b> 05.025-010
<b>Bairro:</b> Pompéia	
<b>UF:</b> SP	<b>Município:</b> SAO PAULO
<b>Telefone:</b> (11)3465-2654	<b>E-mail:</b> coep@saocamilo-sp.br



Continuação do Parecer: 5.300.123

protocolo de pesquisa e o TCLE foram aprovados.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Em conformidade com a Resolução CNS nº 466/12, para o desenvolvimento do estudo cabe ao pesquisador:

- a) desenvolver o projeto conforme delineado;
- b) elaborar e apresentar o relatório parcial e final;
- c) apresentar dados solicitados pelo CEP a qualquer momento;
- d) manter em arquivo, sob sua guarda, por um período de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa, os seus dados, em arquivo físico ou digital;
- e) encaminhar os resultados para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico participante do projeto;
- f) justificar perante o CEP interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados, quando pertinente.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1883538.pdf	03/03/2022 17:22:38		Aceito
Outros	carta_resposta.pdf	03/03/2022 17:21:14	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Parecer Anterior	PB_PARECER_CONSUBSTANCIADO_CEP_5264702.pdf	03/03/2022 17:18:11	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Outros	roteiro_ebook.docx	03/03/2022 17:16:41	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Brochura Pesquisa	questionario_validacao.docx	03/03/2022 17:16:11	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Outros	carta_convite.docx	03/03/2022 17:14:47	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	03/03/2022 17:13:36	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_pesquisa_ebook_amamentacao_1.pdf	03/03/2022 17:12:50	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Orçamento	Orcamento.docx	04/02/2022 10:18:56	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.docx	04/02/2022	Fernanda Marçal	Aceito

**Endereço:** Rua Raul Pompéia, 144

**Bairro:** Pompéia

**CEP:** 05.025-010

**UF:** SP

**Município:** SAO PAULO

**Telefone:** (11)3465-2654

**E-mail:** coep@saocamilo-sp.br



Continuação do Parecer: 5.300.123

Cronograma	CRONOGRAMA.docx	10:18:12	Ferreira	Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto_assinada.pdf	04/02/2022 10:17:28	Fernanda Marçal Ferreira	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

SAO PAULO, 19 de Março de 2022

---

**Assinado por:**  
**Gláucia Rosana Guerra Benute**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Rua Raul Pompéia, 144

**Bairro:** Pompéia

**CEP:** 05.025-010

**UF:** SP

**Município:** SAO PAULO

**Telefone:** (11)3465-2654

**E-mail:** coep@saocamilo-sp.br