

## INCENTIVO E PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO: TRILHANDO O CAMINHO PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Bruna Monteiro Faver<sup>1</sup>, Danielle de Araujo Pires<sup>1</sup>, Michelle Teixeira Teixeira<sup>2</sup>

1. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

2. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

### INTRODUÇÃO

O leite materno é extremamente importante nutricionalmente, devido a isso deve ser ofertado por no mínimo 6 meses, de forma exclusiva, e até 2 anos de vida ou mais de forma complementar. O incentivo a amamentação é necessário para a promoção da saúde, sendo assim este projeto visa apoiar o aleitamento materno através de atendimentos, dinâmicas e práticas multidisciplinares com gestantes e nutrizes atendidas no Hospital Universitário Gaffree Guinle.

### MÉTODOS

Este relato de experiência faz parte do projeto de extensão “Incentivo e Promoção do Aleitamento Materno: Trilhando o Caminho para uma Alimentação Saudável”. Trata-se de um estudo descritivo de natureza qualitativa quando foca a investigação da prática pedagógica Roda de Conversa. Foram realizadas com gestantes e puérperas em atendimento ambulatorial no

HUGG e produção de material informativo para as pacientes e familiares (folders) sobre a importância do leite materno.

## **RESULTADOS**

As rodas de conversas com as gestantes foram realizadas quinzenalmente e foram compartilhadas entre profissionais da medicina, enfermagem e nutrição. Elas aconteceram por volta da hora do almoço, na sala de espera do ambulatório pre natal do Hospital Universitário Gaffree e Guinle, enquanto esperavam sua vez no atendimento. Ocorreram com duração de 20 minutos, variando de acordo com as dúvidas e perguntas que surgiam durante a roda, sendo sempre priorizado abordagens com questões abertas para incentivar a troca no diálogo. Foram realizadas 12 rodas de conversas, entre maio e outubro de 2022. Como resultado, obteve-se, pela nutrição, através de atividades extensionistas, o número de 70 indivíduos impactados pela roda de conversa, entre eles gestantes e acompanhantes. Abordou-se temas como: importância da amamentação e de priorizar o leite materno no local da fórmula artificial, importância do uso do leite materno para a saúde do bebê e da mãe, pegadas corretas e posições adequadas para os bebês, importância da não utilização de bicos e mamadeiras, importância da rede de apoio para uma amamentação de sucesso.

## **CONCLUSÃO**

O incentivo sobre o aleitamento materno é extremamente importante e possibilita uma maior adesão das gestantes e puérperas, e por consequência propicia a promoção da saúde do bebê e da mãe.

**Palavras-chave:** Aleitamento Materno; Amamentação; Gestantes;