



GRUPO DE GESTANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE: EDUCAÇÃO EM SAÚDE E SUPORTE AO ALEITAMENTO MATERNO

BIANCA VIEIRA BALDIN

Enfermeira especialista. Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. biancavbaldin@gmail.com

DENISE COMIN SILVA ALMEIDA

Mestre em Enfermagem. Professora na Faculdade Integrada de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. dennise.comin@gmail.com

BRUNA CARDOZO DA SILVA

Residente em Enfermagem Obstétrica. Universidade franciscana. Santa Maria, Rio Grande do Sul. brunacardozos09@gmail.com

NATHÁLIA BORDIN MENDES

Mestranda em Enfermagem. Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. nathaliabordinm@gmail.com

JÚLIA LUNARDI MORO

Acadêmica de Enfermagem. Faculdade Integrada de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. julialunardimr@gmail.com

MAIELI CANOVA

Mestranda em Enfermagem. Universidade Federal de Santa Maria. Santa Maria, Rio Grande do Sul. maielicanova@gmail.com

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno (AM) oferece uma gama de benefícios significativos tanto para a saúde da criança quanto da mãe. Para as lactentes, o leite materno fornece nutrientes essenciais que promovem o crescimento e o desenvolvimento, além de fortalecer o sistema imunológico e prevenir infecções respiratórias e gastrointestinais (Carvalho & Passos, 2021). Para a mãe, reduz o risco de câncer de mama, promove economia financeira, melhora da qualidade de vida e promoção do vínculo afetivo mãe-bebê (Brasil, 2009).

A Atenção Primária à Saúde (APS), por meio de ações educativas em saúde, desempenha papel estratégico na proteção e no incentivo ao aleitamento materno (AM) (Costa et al., 2023). A educação em saúde sobre AM para gestantes é fundamental para promover o aleitamento materno exclusivo (AME) e reduzir as taxas de desmame precoce (Emilda et al., 2024). Estudos indicam que a educação sobre amamentação, incluindo aconselhamento pré-natal e apoio pós-parto, aumenta significativamente o conhecimento e a confiança das mães, levando a maiores taxas de AME (Rosyidah & Khadka, 2024).



Diante disso, grupos de gestantes funcionam como um ambiente de apoio fundamental, promovendo o aprendizado, o vínculo e o compartilhamento de experiências. Conforme apontado por Firawati et al. (2023), a participação ativa das gestantes em discussões, dramatizações e sessões de perguntas e respostas cria um ambiente favorável que incentiva o compartilhamento de conhecimento baseado em evidências e fortalece o compromisso com a amamentação. Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de educação em saúde por meio de grupos de gestantes na APS com a temática central de AM.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) Ruben Noal, localizada no município de Santa Maria, no estado do Rio Grande do Sul, Brasil. A escolha deste local foi estratégico, pois a UBS é o ponto central de atendimento à comunidade, facilitando o acesso das gestantes e puérperas às atividades promovidas.

Os grupos foram realizados por uma enfermeira supervisora de aula prática da disciplina de saúde da mulher, juntamente com os alunos da graduação em enfermagem do 7º semestre da Faculdade Integrada de Santa Maria (FISMA), uma enfermeira residente em obstetrícia da Universidade Franciscana (UFN), por uma enfermeira e técnica de enfermagem da unidade. A participação ativa das profissionais da UBS se mostra fundamental para assegurar a continuidade do cuidado e fortalecer o vínculo com a equipe local, consolidando a rede de apoio às gestantes e puérperas no território.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os grupos de gestantes ocorreram na UBS Ruben Noal, nos dias 30 de abril, 30 de maio e 18 de junho de 2025. Os convites eram realizados em consultas de enfermagem pré-natal e puerperais, assim como nas redes sociais da unidade. No primeiro encontro, uma puérpera adolescente participou com seu recém-nascido e seu pai. Embora a temática original fosse os direitos da gestante, a identificação de dificuldades no posicionamento e pega do bebê demandou uma intervenção pontual na amamentação, resultando em orientações e ajustes práticos imediatos.

No segundo encontro, duas gestantes no terceiro trimestre de gestação participaram, e a temática principal foi o AM, explorada de maneira dinâmica e interativa, por meio de uma dinâmica de "mitos e verdades". Ao final do encontro, em um gesto de carinho e incentivo, as



participantes receberam um kit simbólico contendo touca e meias de lã (Figura 1). O terceiro encontro contou com a presença de uma gestante no segundo trimestre de gestação. Nesta ocasião, foi conduzida a dinâmica "Fala Sério ou Com Certeza", que consiste em uma plaquinha com duas faces, onde a gestante deveria levantar a face correspondente à sua crença em uma sequência de afirmações relacionadas ao AM. Ainda, utilizou-se imagens impressas e mama didática para facilitar a explanação e a compreensão da temática abordada (Figura 2).

Figura 1: Kit roupas de lã entregues as participantes.



Figura 2: Imagens impressas sobre aleitamento materno, plaquinha utilizada na dinâmica e mama didática.



A cada encontro, foram implementadas dinâmicas com metodologias ativas, distanciando-se intencionalmente do formato expositivo tradicional de palestra. Essa abordagem teve como objetivo principal criar um ambiente livre de julgamentos, descontraído e acolhedor, promovendo a troca de experiências e o fortalecimento do vínculo entre os participantes. As atividades lúdicas demonstram ser ferramentas pedagógicas eficazes na educação em saúde na APS, pois favorecem a participação ativa e a assimilação do conhecimento de forma prazerosa, contribuindo para o empoderamento dos indivíduos sobre sua saúde (Soares, 2023).

A programação temática dos grupos foi abrangente e cuidadosamente planejada para cobrir os aspectos mais relevantes do AM, desde seus fundamentos até os desafios práticos. As discussões incluíramos benefícios do AM para mãe e bebê, reforçando a importância para a saúde de ambos. A importância da "hora de ouro", que se refere à primeira hora de vida do bebê, foi um ponto crucial enfatizado, sendo fundamental para o início bem-sucedido da amamentação e do vínculo entre mãe e bebê, além dos outros benefícios. A pega e o posicionamento corretos foram abordados com detalhes práticos, utilizando os recursos didáticos para demonstrar as técnicas adequadas e prevenir intercorrências mamárias comuns, como fissuras mamilares e ingurgitamento mamário. Por fim, o tema do retorno ao trabalho foi



abordado, visto que muitas mulheres desconhecem os aspectos relacionados ao armazenamento do leite materno e como conciliar a amamentação com a rotina fora de casa.

As dinâmicas implementadas foram bem recebidas pelas gestantes e puérperas, o que foi evidente pela participação ativa e pelo feedback positivo. Observou-se um aumento no conhecimento das participantes sobre os benefícios e a prática correta do AM, indicador da eficácia das intervenções educativas. Além disso, os grupos foram fundamentais para a desmistificação de crenças populares e a correção de práticas inadequadas, que são frequentemente obstáculos no sucesso da amamentação.

Mulheres que já amamentavam puderam compartilhar suas experiências pessoais, incluindo os desafios que enfrentaram e as estratégias que utilizaram para superá-los. Esse compartilhamento de experiências reais validou as informações teóricas e ofereceu um suporte emocional valioso às gestantes. As gestantes, por sua vez, sentiram-se mais preparadas para o período pós-parto, com maior confiança para amamentar. Para enriquecer ainda mais o ambiente e promover o acolhimento, foi oferecido um lanche ao final de cada encontro (Figura 3), incentivando a interação social e a permanência das participantes.

Figura 3: Lanches oferecidos nos encontros.



A atualização contínua do conhecimento científico sobre AM é crucial para que os profissionais de saúde forneçam orientações eficazes e baseadas em evidências, otimizando o



suporte e promovendo melhores desfechos de saúde (Galvão & Silva, 2024). Nesse contexto, a atuação de enfermeiras e acadêmicos foi essencial, como facilitadores e tradutores de informações qualificadas, por meio de didática objetiva, aliada à empatia e paciência, para compartilhar conhecimento e auxiliar as puérperas nos ajustes práticos necessários à amamentação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidencia-se a relevância das ações educativas em grupo APS para educação em saúde visando a promoção e proteção do aleitamento materno. A metodologia utilizada, centrada em dinâmicas interativas e suporte individualizado, mostrou-se eficaz em expor e aprimorar o conhecimento e as práticas das gestantes e puérperas, preparando-as para os desafios da amamentação. A abordagem participativa e o acolhimento oferecidos foram essenciais para que o aprendizado fosse absorvido de forma mais significativa, transformando informações em autonomia para a tomada de decisões sobre o AM.

Contudo, a baixa adesão das gestantes e puérperas aos encontros, apesar dos esforços de divulgação, como avisos contínuos e publicações prévias, representou uma fragilidade importante. Esse desafio destaca a necessidade de um olhar mais atento para as barreiras que impedem a participação, como dificuldades de deslocamento, falta de tempo, pouco apoio familiar ou até mesmo a ausência de percepção sobre a importância desses encontros para a saúde delas e de seus bebês. Reconhecer e investigar essas causas é crucial para futuras intervenções, visando desenvolver estratégias mais atrativas e acessíveis que garantam o alcance de um número maior de mulheres.

Por fim, a colaboração entre profissionais da UBS, acadêmicos e residentes reforça a importância da integração ensino-serviço para qualificar o cuidado e fortalecer as políticas de proteção ao AM.

REFERÊNCIAS

- Carvalho, L. M. N., & Passos, S. G. de. (2021). Os benefícios do aleitamento materno para a saúde da criança: revisão integrativa. 5(9), 70–87. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.5117748>
- Costa, S.T.P, Lidio M. S., Santos, P. C. A., Cruz, S. S., Sampaia, S. A.S., Lima S. N., Góis V. Y. F. (2023) Aleitamento materno e alimentação saudável de crianças menores de 2 anos: ações



propostas de acordo com a estratégia amamenta e alimenta Brasil (pp. 168–178).
<https://doi.org/10.58871/ed.academic.00016.v2>

Emilda, E., Asmanidar, A., Veri, N., & Laila, A. (2024). The Impact Of Exclusive Breastfeeding Promotion On Increasing The Interest Of Pregnant Women In Exclusive Breastfeeding. *International Journal of Health & Medical Research*, 03(06).
<https://doi.org/10.58806/ijhmr.2024.v3i06n18>

Firawati, F., Hasnaeni, H., Kasim, J., A, A., & Kadrianti, E. (2023). Educação em saúde sobre a preparação para a amamentação exclusiva para gestantes.
<https://doi.org/10.59110/rcsd.v2i2.243>

Galvão, D., & Silva, E. (2024). O papel do enfermeiro na promoção do aleitamento materno: revisão integrativa. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, 7(1), 1-12
<https://doi.org/10.37914/riis.v7i1.354>

Ministério da Saúde (2009). *Nutrição Infantil Aleitamento Materno e Alimentação Complementar*. Caderno de Atenção Básica, nº 23. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica. Brasília – DF.

Rosyidah, H., & Khadka, S. (2024). Breastfeeding education training program for healthcare professionals: A narrative review. *Journal of Health Technology Assessment in Midwifery*, 7(1), 43–49. <https://doi.org/10.31101/jhtam.3538>

Soares, D. S. R. (2023). *Atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa* (Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização em Formação Pedagógica para Profissionais da Saúde). Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte.

DESCRITORES: Aleitamento Materno; Atenção Primária à Saúde; Educação em Saúde; Enfermagem.