

A Relação Entre Dor na Amamentação e o Sucesso do Aleitamento Materno ODS 3

Discentes: Beatriz Domingues de Almeida (Universidade de Taubaté)

Ryan Augusto Costa Dias (Universidade de Taubaté)

Docente: Profa. Dra. Tamiris Ferreira Pacheco (Universidade de Taubaté)

tamirisf26@hotmail.com

Docente: Profa. Dra. Vania Maria de Araújo Giaretta (Universidade de Taubaté)

vania.magiretta@unitau.br

Introdução

A amamentação é uma das experiências mais naturais e significativas da maternidade, proporcionando inúmeros benefícios para o bebê, incluindo nutrição, imunidade e vínculo emocional. No entanto, muitas mães enfrentam desafios durante esse processo, sendo a dor na amamentação um dos mais comuns. A dor pode impactar a experiência da amamentação de maneira significativa, influenciando tanto a duração do aleitamento quanto o risco de desmame precoce, ou seja, também é um agravante que poderá levar ao insucesso do aleitamento (Acevedo-Bedoya *et al.*, 2023).

Este artigo explora como a dor pode afetar o sucesso do aleitamento materno e apresenta estratégias para ajudar as mães a superar essa dificuldade, mantendo o aleitamento, mesmo quando a dor é um fator presente.

Método

Este estudo será uma revisão integrativa, quantitativa. A coleta de dados será realizada nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico; Scientific Electronic Library Online (SciELO); PubMed e BVS Saúde. Para a busca, se utilizou dos descritores de saúde combinados com os operadores booleanos "AND" e "OR". A análise dos dados será feita seguindo as etapas:

1. **Sistematização:** Os dados de cada artigo selecionado serão organizados em um quadro com informações como: autor, ano, título, revista, objetivo, método, resultado e conclusão.
2. **Análise Crítica:** Os pesquisadores irão realizar uma análise crítica dos estudos
3. **Interpretação:** A interpretação dos resultados irá direcionar o estudo à construção da discussão e das conclusões do trabalho.
4. **Apresentação:** O estudo será apresentado no formato de um artigo.

Referencial Teórico

A dor na amamentação é frequentemente causada pela pega inadequada do bebê, levando a fissuras nos mamilos e resultando em dor aguda (Wilson *et al.* 2020).

Essa condição pode desencadear problemas mais sérios, como mastite, candidíase e ingurgitamento mamário, que também geram desconforto. Em muitos casos, a dor é transitória e decorre da adaptação inicial da mãe e do bebê. Entretanto, dores persistentes podem comprometer significativamente a continuidade do aleitamento materno e aumentar as chances de desmame precoce. Estudos apontam que mães que enfrentam dores intensas têm maior probabilidade de interromper a amamentação antes do período recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), prejudicando o vínculo emocional e a saúde do bebê (Douglas. 2022; WORLD HEALTH ORGANIZATION. 2003).

A dor, tanto física quanto emocional, afeta diretamente o sucesso do aleitamento materno. Mamilos rachados, mastite e ingurgitamento geram frustração, ansiedade e sentimento de incapacidade, reduzindo a confiança da mãe em sua capacidade de amamentar. Além disso, a associação entre amamentação e desconforto pode gerar estresse, dificultar o vínculo com o bebê e até ser um fator de risco para depressão pós-parto. Sem suporte técnico e emocional adequado, superar essas barreiras se torna desafiador, aumentando o risco de desmame precoce (Chowdhury *et al.* 2015).

Apesar das dificuldades, diversas estratégias podem auxiliar na manutenção do aleitamento mesmo em situações de dor. O enfermeiro desempenha um papel crucial nesse contexto, identificando e corrigindo problemas técnicos, como pega inadequada e posição incorreta, além de oferecer cuidados físicos, como massagens e aplicação de compressas, e suporte emocional (Costa *et al.* 2018).

Entre as estratégias específicas, destacam-se a fotobiomodulação, que alivia a dor por meio de ação analgésica e anti-inflamatória; o aconselhamento sobre pega adequada, que reduz o atrito nos mamilos; e o uso de técnicas de posicionamento que distribuem melhor o peso do bebê durante a amamentação (Elseody; Mohamed; Alsharnoubi, 2024).

Resultados

Baseando-se no referencial é esperado que os resultados que serão analisados evidenciam a relação direta da dor como um determinante para o sucesso da amamentação. Com os principais fatores que estão relacionados com: a pega inadequada, a desinformação sobre o assunto por parte das lactantes e a presença de um profissional de saúde ativo no manejo do aleitamento.

Conclusão

Embora a dor na amamentação seja uma experiência comum e frequentemente inevitável, ela não precisa ser um obstáculo intransponível para o sucesso do aleitamento materno. Com a orientação adequada, o apoio emocional e a aplicação de estratégias de alívio da dor, muitas mães conseguem superar esse desafio e continuar amamentando com sucesso. A chave é entender que a dor pode ser gerenciada e que o aleitamento materno oferece benefícios irrefutáveis para a saúde do bebê e da mãe. Ao buscar ajuda especializada e adotar práticas que minimizem o desconforto, as mães podem garantir que, mesmo com dor, o aleitamento seja uma experiência positiva e gratificante.

Referências

ACEVEDO-BEDOYA, Sindy Yurany et al. Experiências en lactancia materna, vivencia desde la mujer que amamanta: estudio cualitativo. **Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología**, Bogotá, v. 74, n. 4, p. 287-296, out./dez. 2023. DOI: 10.18597/rcog.4105.

WILSON, Emily et al. Incidence of and Risk Factors for Lactational Mastitis: A Systematic Review. **Journal of Human Lactation**, Thousand Oaks, v. 36, n. 4, p. 673-686, nov. 2020. DOI: 10.1177/0890334420907898.

DOUGLAS, Pamela. Re-thinking benign inflammation of the lactating breast: Classification, prevention, and management. **Women's Health (London)**, London, v. 18, e17455057221091349, 2022. DOI: 10.1177/17455057221091349.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global Strategy for Infant and Young Child Feeding**. Geneva, 2003. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550920>. Acesso em: 27 set. 2025.

CHOWDHURY, Ranadip et al. Breastfeeding and maternal health outcomes: a systematic review and meta-analysis. **Acta Paediatrica**, v. 104, n. Supl. 467, p. 96-113, nov. 2015. DOI: 10.1111/apa.13102.

COSTA, Evelyn Farias Gomes da et al. Atuação do enfermeiro no manejo clínico da amamentação: estratégias para o aleitamento materno. **Revista Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 217-223, jan./mar. 2018. DOI: 10.9789/2175-5361.2018.v10i1.217-223.

ELSEODY, Maha Helmy Ammar Ahmed; MOHAMED, Marwa Abd El-Rahman; ALSHARNOUBI, Jehan. Could Photobiomodulation help lactating women and their newborns? **Lasers in Medical Science**, v. 39, n. 192, 2024. DOI: 10.1007/s10103-024-04132-w.