



GRUPO DE ESTUDOS SOBRE ALIMENTAÇÃO DA NUTRIZ E AMAMENTAÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ingrid Mayara Garcia Fagundez, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, campus Itaqui.

Lara da Costa Leal, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, campus Itaqui.

Taissiani Camargo Stahmke, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, campus Itaqui.

Shanda de Freitas Couto, docente, Universidade Federal do Pampa.

Ingridfagundez.aluno@unipampa.edu.br

A assistência nutricional no âmbito materno-infantil tem extrema relevância para evitar desfechos desagradáveis e promover uma boa qualidade de vida a longo prazo para o binômio mãe/filho. Entretanto, principalmente no que se refere à nutriz, há muitos mitos, crenças e conselhos vindos de familiares ou amigos que podem contribuir com a insegurança materna e, conseqüentemente, com o desmame precoce. Sendo assim, é importante a formação de profissionais capacitados para desmistificar crenças e dar suporte à nutriz. Nesse sentido, o grupo de estudos em nutrição materno-infantil foi criado com a finalidade de intensificar a aprendizagem e despertar o interesse dos alunos para a área, ao associar a teoria com prática clínica. Assim, o presente trabalho tem como objetivo apresentar as atividades realizadas em um dos encontros do grupo de estudo, que abordou o tema “Alimentação da nutriz e amamentação”. Os encontros do grupo são realizados quinzenalmente, no modelo remoto e têm duração de 2 horas, sendo que os primeiros 30 minutos são destinados à atividades assíncronas e o restante em atividades síncronas, através dos recursos do *google meet*, com apresentações expositivas dialogadas entre a equipe do projeto e os participantes da atividade. Tais participantes são discentes do curso de nutrição da Universidade Federal do Pampa campus Itaqui, de diferentes semestres, e que manifestaram interesse a partir do preenchimento de um formulário divulgado via *email* e mídias sociais. Para a execução do encontro em questão, a equipe organizadora (composta pela professora de nutrição materno-infantil, uma aluna bolsista e duas voluntárias) elaborou um pequeno caso clínico envolvendo uma primigesta que relatava as seguintes situações: seu bebê parecia estar com fome mas mamava um pouco e parava, ocasionalmente ficando na mama sem sugar; acreditava que seu leite estava fraco; apresentava dúvidas sobre a alimentação necessária para melhorar a produção e a qualidade do leite; aconselharam ela a usar cerveja preta, canjica e evitar alguns legumes como repolho, brócolis e couve-flor. Em seguida foram formuladas seis questões, sendo elas: “O leite da nutriz está fraco?”, “O que acontece em relação a dificuldade desse bebê durante a amamentação?”, “Quais alimentos

devem ser consumidos pela nutriz para melhorar a produção e qualidade do leite materno?”, “Esses alimentos citados (pela nutriz) melhoram a produção e qualidade do leite materno?”, “Quais orientações devemos fornecer a essa nutriz quanto a amamentação?” e “Quais orientações devemos fornecer a essa nutriz quanto a sua alimentação?”. Destas, as quatro primeiras foram enviadas previamente aos alunos para serem respondidas no momento assíncrono e as últimas foram discutidas na atividade síncrona. Durante o momento síncrono, foram apresentadas algumas respostas de maneira anônima e foi aberto um espaço para a discussão antes da elucidação das perguntas. No total, 12 pessoas responderam a atividade assíncrona e participaram do momento síncrono. A maioria das respostas estavam corretas mas, dentre elas, apareceram algumas crenças populares inapropriadas, como: leite fraco, horários adequados para a amamentação, alimentos específicos para melhorar a produção ou a qualidade do leite materno e concordância com o conselho fornecido à nutriz, que foram cuidadosamente desmistificadas pela equipe organizadora do grupo de estudos. Ao final do encontro foi realizada uma avaliação, por parte dos alunos, através de um formulário disponibilizado, onde haviam questões referentes à condução das atividades, a relevância do assunto e o nível de compreensão. Em relação à avaliação, os 12 acadêmicos que participaram do momento síncrono responderam que gostaram do modo que o grupo foi conduzido; 10 alunos votaram com nota máxima (10) para a compreensão total do assunto e 11 atribuíram a mesma nota para a relevância, o restante da turma avaliou ambos com nota 9, caracterizando um resultado excelente. A presença de argumentos oriundos do senso comum, entre as respostas dos estudantes de nutrição, ressalta a necessidade de mais projetos como este, tanto dentro da universidade, quanto com a comunidade externa. Portanto, o grupo de estudos cumpriu seu propósito com primor, acentuando e fixando, de maneira descontraída, o aprendizado sobre a alimentação da lactante e do lactente entre todos os participantes da atividade.

Agradecimentos: UNIPAMPA

Palavras-chave: Aleitamento materno; Alimentação da nutriz; Saúde da mulher.