



**ESCOLA BAHIANA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA
PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO**

**ALINE SOUZA CAMPOS
SÍBILA COSTA ALVES DOS SANTOS**

**MITOS E CRENÇAS DE PUÉRPERAS RELACIONADOS AO ALEITAMENTO
MATERNO: REVISÃO DE LITERATURA**

**SALVADOR
2016.1**

**ALINE SOUZA CAMPOS
SÍBILA COSTA ALVES DOS SANTOS**

**MITOS E CRENÇAS DE PUÉRPERAS RELACIONADOS AO ALEITAMENTO
MATERNO: REVISÃO DE LITERATURA**

Artigo apresentado à disciplina de Metodologia da Pesquisa, do Curso de Especialização em Enfermagem Obstétrica, ministrada pela Professora Mestre Fátima M^a Nery Fernandes, como parte dos requisitos para aquisição do título de Especialista em Enfermeira Obstetra.

**SALVADOR
2016.1**

MITOS E CRENÇAS DE PUÉRPERAS RELACIONADOS AO ALEITAMENTO MATERNO: REVISÃO DE LITERATURA

Aline Souza Campos 1

Síbila Costa Alves dos Santos 2

RESUMO

A experiência de amamentar pode ser influenciada por vários fatores que são simbolizados através de mitos e crenças. O objetivo desse trabalho é identificar evidências científicas que expressam os mitos e crenças que as puérperas possuem em relação ao aleitamento materno. Trata-se de uma revisão de literatura qualitativa exploratório, na qual foram selecionadas publicações nas bases de dados BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), no período de 2008 a 2015. As palavras chaves utilizadas foram: aleitamento materno, mitos e crenças, puerpério e enfermagem. As categorias que emergiram foram: o mito do leite fraco e insuficiente; a crença que a amamentação “deforma os seios”; influências socioculturais; impacto das orientações profissionais no surgimento dos mitos e crenças. Durante o puerpério, as nutrizes vivenciam mitos e crenças sobre a amamentação que apresentam forte influência de fatores socioculturais bem como das orientações recebidas dos profissionais de saúde.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Mitos e Crenças; Puerpério; Enfermagem.

ABSTRACT

The breastfeeding experience may be influenced by several factors that are symbolized by myths and beliefs. The aim of this study is to identify scientific evidence that express the myths and beliefs that mothers have in relation to breastfeeding. This is an exploratory qualitative literature review, in which publications were selected in the VHL databases (Virtual Health Library), LILACS (Latin American and Caribbean Health Sciences), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), from 2008 to 2015. the key words used were: breastfeeding, myths and beliefs, postpartum and nursing. The categories that emerged were: the myth of the weak and insufficient milk; the belief that breastfeeding "deforms the breasts"; sociocultural influences; impact of professional guidelines in the emergence of myths and beliefs. During the postpartum period, nursing mothers experience myths and beliefs about breastfeeding that have strong influence of sociocultural factors as well as the guidance received from health professionals.

Keywords: Breastfeeding; Myths and Beliefs; puerperium; Nursing.

1 Enfermeira. Pós-graduanda do Curso de Enfermagem em Obstétrica/BAHIANA. Contato: enfa.alinecampos@gmail.com

2 Enfermeira. Pós-graduanda do Curso de Enfermagem em Obstétrica/BAHIANA. Contato: sibilaalves@hotmail.com

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	04
2 METODOLOGIA	05
3 RESULTADOS E DISCUSSÕES	07
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	14
REFERÊNCIAS	15

1 INTRODUÇÃO

No puerpério, a experiência de amamentar pode ser influenciada por vários fatores simbolizados através de mitos e crenças experimentados pela nutriz durante o período. (ZUBARAN; FORESTI, 2013).

Entretanto, é importante colocar que o aleitamento é um componente importante da experiência materna, pois ele favorece a experiência de vínculo entre a mãe e o bebê. Além do mais, atualmente tem-se enfatizado a importância do aleitamento materno, uma vez que, o leite da mãe é o alimento mais adequado para o recém-nascido tendo em vista que possibilita o aumento de anticorpos para o bebê, o ganho de peso, além de desempenhar papel importante no desenvolvimento intelectual e emocional da criança (NEU, 2014).

Ademais, o leite materno é o mais completo alimento para a criança nos primeiros seis meses de vida, uma vez que sua composição é rica e equilibrada, contendo todos os nutrientes essenciais para o adequado crescimento e desenvolvimento, além de prevenir a mortalidade infantil, diarreias, desnutrição e outras afecções (ESCARE et al., 2013).

No entanto, o desmame precoce ainda está presente entre as mães que amamentam. Nesse sentido, acredita-se que as causas são multifatoriais e podem estar ligadas a questões socioculturais que, não raro, envolvem mitos e crenças populares (NEU, 2014). Assim, compreende-se que a educação em saúde é uma importante ferramenta para o cuidado clínico de enfermagem à mulher no ciclo gravídico puerperal, pois a enfermagem apresenta na ação educativa um de seus principais eixos norteadores nos vários espaços de realização da sua prática, especialmente nos serviços de atenção primária à saúde (GUERREIRO et al., 2014).

É necessário ter em mente, que no espaço doméstico se operam saberes, decisões e práticas que, por vezes, são conflitivos com os cuidados necessários à saúde materna. Desse modo, é fundamental que os profissionais de saúde conheçam as práticas populares incentivando as que são promotoras de saúde e problematizando

as condutas danosas que põem em risco o bem-estar do binômio mãe-filho (ACOSTA et al., 2012).

Faz mister lembrar, ainda, que desvendar o significado da maternidade, expressado tanto pela mulher ainda em seu período pré-natal quanto por sua família, possibilita a prática de estratégias nos serviços, direcionando-se em ações que sejam de efetivos suportes (STRAPASSON; NEDEL, 2010). Além disso, identificar os principais fatores que levam ao abandono precoce do aleitamento materno pode não apenas direcionar as ações de intervenção, mas também melhorar as taxas de aleitamento materno exclusivo aos seis meses de idade (MACHADO et al., 2014).

Face ao exposto, este estudo apresenta a seguinte questão norteadora: Quais os mitos e crenças que mulheres puérperas possuem em relação ao aleitamento materno? Conforme apontado pela literatura (JUNGES, et al., 2010; MACHADO et al., 2014; STRAPASSON; NEDEL, 2010; STEFANELLO, NAKANO, GOMES, 2008; ZUBARAN; FORESTI, 2013), mulheres em fase puerperal sentem-se fortemente influenciadas por aspectos culturais, referindo a relevância da opinião de familiares e profissionais da saúde; suas experiências prévias em aleitar, bem como a influência dos padrões estéticos de beleza e a construção de laços afetivos entre mãe e filho por meio do ato de amamentar, o que condiciona culturalmente a figura da boa mãe como aquela que amamenta.

Destarte, temos como resposta hipotética à questão norteadora levantada que os mitos se relacionam com o conhecimento empírico que as mulheres adquirem por meio de suas representatividades sociais, suas tradições familiares e culturais e que estes fatores podem influenciar significativamente sua percepção e cuidado no período do aleitamento materno. Sendo assim, para ratificar ou refutar a referida hipótese esta pesquisa objetivou identificar evidências científicas que expressam quais os mitos e crenças que as puérperas possuem em relação ao aleitamento materno.

2 METODOLOGIA

O presente estudo insere-se na área da obstetrícia. Constitui-se de uma pesquisa qualitativa de natureza exploratório, através de uma revisão de literatura a fim de identificar evidências científicas que expressam quais os mitos e crenças que as puérperas possuem em relação ao aleitamento materno.

Foram selecionadas publicações nas bases de dados eletrônicas BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online). As palavras-chave utilizadas para a captura das publicações foram: aleitamento materno, mitos e crenças, puerpério e enfermagem. Essas palavras-chave foram pesquisadas individualmente e posteriormente cruzadas.

Os critérios de inclusão foram publicações originais, que tratassem do objetivo proposto, que estivessem dentro do período de 2008 a 2015, na língua portuguesa. Os dados foram coletados no período de novembro de 2015 a janeiro de 2016, através da leitura do resumo, análise interpretativa do texto e fichamento das publicações.

Foi realizada a interpretação dos conceitos de cada autor, comparando dados e fatos, concordâncias e divergências, objetivando detectar homogeneidades e heterogeneidades entre os estudos, buscando atender ao objetivo do estudo.

A análise dos resultados foi realizada com base em análise de conteúdo e definida as seguintes categorias: 1. O mito do leite fraco e insuficiente; 2. A crença que a amamentação “deforma os seios”; 3. Influências socioculturais; 4. Impacto das orientações profissionais no surgimento dos mitos e crenças.

Nesta pesquisa, foram levados em consideração os aspectos éticos baseados no código de ética dos profissionais de enfermagem contidas na Resolução 311/2007, capítulo III, que dispõem sobre direitos, responsabilidades deveres e proibições, contemplando os seguintes artigos: “disponibilizar os resultados da pesquisa à comunidade científica e sociedade em geral” (art.92); “realizar ou participar de atividades de ensino e pesquisa, em que o direito inalienável da pessoa, família ou coletividade seja desrespeitado ou ofereça qualquer tipo de risco ou danos aos

envolvidos” (art. 94); “falsificar ou manipular resultados de pesquisa, bem como usá-los para fins diferentes dos pré-determinados” (art.97); e, “utilizar sem referência ao autor ou sem a sua autorização expressa, dados, informações, ou opiniões ainda não publicados” (art.100).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionadas aproximadamente 69 publicações originais, das quais 30 foram incluídas na pesquisa e 39 excluídas por não conterem informações referentes aos mitos e crenças de puérperas relacionados ao aleitamento materno, por não atenderem ao período solicitado (2008 a 2015), e por serem publicações de outras línguas.

As publicações foram organizadas num quadro representativo, em ordem cronológica, constando a autoria, ano de publicação e título, de forma a explicitá-los, dando maior clareza ao universo pesquisado

Quadro 1 – Distribuição das publicações científicas selecionadas sobre os mitos e crenças das puérperas relacionados ao aleitamento materno, segundo autoria, ano de publicação e título, no período de 2008 a 2015.

AUTOR	ANO	TÍTULO
CIAMPO, Luiz Antonio Del et al.	2008	Aleitamento materno e tabus alimentares.
STEFANELLO, Juliana; NAKANO, Ana Márcia Spanó; GOMES, Flávia Azevedo.	2008	Crenças e tabus relacionados ao cuidado no pós-parto: o significado para um grupo de mulheres.
ALMEIDA, Inez Silva et al.	2010	Amamentação para mães primíparas: perspectivas e intencionalidades do enfermeiro ao orientar.
COSTA, Edina Silva et al.	2010	Alterações fisiológicas na percepção de mulheres durante a gestação.
JUNGES, Carolina Frescura et al.	2010	Percepções de puérperas quanto aos fatores que influenciam o aleitamento materno.
PACHECO, Sandra Teixeira de Araújo et al.	2010	Orientações dadas à mãe acerca da alimentação de seu filho: contribuições para a enfermagem.

PASSANHA, Adriana; CERVATO-MANCUSO, Ana Maria; SILVA, Maria Elisabeth Machado Pinto e.	2010	Elementos protetores do leite materno na prevenção de doenças gastrintestinais e respiratórias.
STRAPASSON, Márcia Rejane; NEDEL, Maria Noemia Birck.	2010	Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade.
MARQUES, Emanuele Souza; COTTA, Rosângela Minardi; PRIORE, Silvia Eloiza.	2011	Mitos e crenças sobre o aleitamento materno.
MORAIS, Ana Márcia Bustamante et al.	2011	Vivência da amamentação por trabalhadoras de uma indústria têxtil do Estado do Ceara, Brasil.
PACHECO, Sandra Teixeira de Araújo; CABRAL, Ivone Evangelista.	2011	As crenças culturais dos familiares no manejo da alimentação do bebê de baixo peso.
ACOSTA, Daniele Ferreira et al.	2012	Influências, crenças e práticas no autocuidado das puérperas.
FONSECA-MACHADO, Mariana de Oliveira et al.	2012	Aleitamento materno: conhecimento e prática.
ESCARCE, Andrezza Gonzalez et al.	2013	Influência da orientação sobre aleitamento materno no comportamento das usuárias de um hospital universitário.
FROTA, Mirna Albuquerque et al.	2013	Conhecimento de mães acerca do aleitamento e complementação alimentar: pesquisa exploratória.
MONTE, Giselle Carlos Santos; LEAL, Luciana Pedrosa; PONTES, Cleide Maria.	2013	Rede social de apoio à mulher na amamentação.
TEIXEIRA, Monaliza Morais et al.	2013	Percepção de primíparas sobre orientações no pré-natal acerca do aleitamento materno.
ZUBARAN, Carlos; FORESTI, Katia.	2013	Estudo da correlação entre aleitamento e estado de saúde materno.
CARVALHO, Janaina Keren Martins de; CARVALHO, Clecilene Gomes; MAGALHÃES, Sérgio Ricardo.	2014	A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno.
CAMPOS, Aline Souza; ALMEIDA, Ana Carla Campos Hidalgo de; SANTOS, Reginaldo Passoni dos.	2014	Crenças, mitos e tabus de gestantes acerca do parto normal.
GUERREIRO, Eryjocy Marculino et al.	2014	Educação em saúde no ciclo gravídico-puerperal: sentidos atribuídos por puérperas.
MACHADO, Mariana	2014	Determinantes do abandono do aleitamento

Campos Martins et al.		materno exclusivo: fatores psicossociais.
MARTINS, Elaine Lutz; VARGENS, Octavio Muniz da Costa.	2014	Percepções de mulheres a respeito da sexualidade durante a amamentação: uma revisão integrativa.
NEU, Aline Prade et al.	2014	Aleitamento: relação com hábitos de sucção e aspectos socioeconômicos familiares.
PEREIRA, Gardenia Gomes et al.	2014	Orientações sobre aleitamento materno em consultas de pré-natal.
PRATES, Lisie Alende; SCHMALFUSS, Joice Moreira; LIPINSKI, Jussara Mendes.	2014	Amamentação: a influência familiar e o papel dos profissionais de saúde.
VAZ, Daniel de Carvalho et al.	2014	Concepção materna sobre a amamentação em lactentes de um programa do método mãe canguru.
BARBIERI, Mayara Caroline et al.	2015	Aleitamento materno: orientações recebidas no pré-natal, parto e puerpério.
PRATES, Lisie Alende; SCHMALFUSS, Joice Moreira; LIPINSKI, Jussara Mendes.	2015	Rede de apoio social de puérperas na prática da amamentação.
VASQUEZ, Jamile; DUMITH, Samuel C.; SUSIN, Lulie Rosane Odeh.	2015	Aleitamento materno: estudo comparativo sobre o conhecimento e o manejo dos profissionais da estratégia saúde da família e do modelo tradicional.

Fonte: Elaborado pelas autoras com base em dados bibliográficos. Salvador, 2016.

3.1 O MITO DO LEITE FRACO E INSUFICIENTE

Na avaliação dos artigos, identificou-se unanimidade no que se refere ao mito de que o leite é fraco e insuficiente para atender a todas as demandas nutricionais do bebê, sendo este observado nos seguintes artigos: (MORAIS et al., 2011; PRATES, SCHMALFUSS, LIPINSKI, 2015; FROTA et al., 2013; PACHECO, CABRAL, 2011; PACHECO et al., 2010). Em estudo congênere a este (MARQUES, COTTA, PRIORE; 2011), as autoras também identificaram os mitos aqui relatados.

Pesquisadoras apontam (ALMEIDA et al., 2010), que dentre as possíveis causas para a existência de tal mito está à insegurança instalada diante do desafio de ser lactante, especialmente em primíparas. Por conta disso, é importante que profissionais de saúde estejam habilitados para realizarem atividades de educação

em saúde relacionadas ao ato de amamentar ainda quando em fase pré-natal (PEREIRA et al., 2014; TEIXEIRA et al., 2013).

Para algumas puérperas, desempenhar uma jornada laboral extensa e cansativa fisicamente contribui para o mito de que o leite é fraco (MORAIS ET AL., 2011). Além disso, em estudo conduzido com mães de crianças nascidas a termo, as nutrizes relatam que alguns profissionais de saúde legitimam o mito de que o leite é fraco e, até as orientaram quanto à necessidade de suplementação alimentar (PACHEÇO ET AL.; 2010). Do mesmo modo, pesquisa realizada no Rio de Janeiro (PACHECO E CABRAL, 2011) identificou relatos relativos ao mito de que o leite é fraco e a necessidade de complementação por outras fontes.

Diante disso, faz mister salientar que dentro do contexto teórico de assuntos abordados nas práticas de orientação profissionais, deve-se esclarecer que a recomendação dada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre a exclusividade do leite materno enquanto fonte alimentar, pelo menos, nos primeiros seis meses de vida fundamenta-se em evidências oriundas de conhecimento científico acerca de suas propriedades nutricionais, dando conta de todas as necessidades da criança em idade puerperal (PASSANHA; CERVATO-MANCUSO; SILVA, 2010)

3.2 A CRENÇA QUE A AMAMENTAÇÃO “DEFORMA OS SEIOS”

A presente pesquisa evidenciou, ainda, que crendices relacionadas às alterações morfológicas das mamas corroboram para a ocorrência de desmame precoce. Há crenças de que a amamentação poderá “esticar os seios” e, até mesmo que a nutriz não possui o bico do seio morfológicamente adequado à prática do aleitamento (FROTA et al., 2013). Outras pesquisas de cunho bibliográfico ratificam tal crendice (MARQUES, COTTA, PRIORE; 2011).

Conforme apontado pela literatura, o processo de gestação como um todo acarreta transformações biofisiológicas na mulher e tem por objetivo preparar o corpo

feminino para o advento da maternidade. Assim, torna-se necessário que as mulheres sejam preparadas, através da educação em saúde, para admitir suas transformações físicas já no pré-natal. (COSTA; ET AL., 2010; CAMPOS; ALMEIDA; SANTOS, 2014).

Martins e Vargens (2014) destacam que compreender que as transformações corporais são normais torna-se essencial, especialmente, para que a puérpera mantenha a prática da amamentação conforme preconizado sem deixar de se sentir mulher e de vivenciar sua sexualidade feminina.

Em sua pesquisa, os referidos autores apresentam, ainda, que:

“As mulheres que dão um significado negativo para alterações na autoimagem acabam se sentindo desconfortáveis. [...] algumas mulheres relataram alterações na forma da mama como uma barreira entre a amamentação e a sexualidade, pois as mudanças de tamanho, forma e sensibilidade, devido à quantidade de leite, são percebidas como negativas”. (MARTINS; VARGENS, 2014, p. 274-5).

Em pesquisa realizada por Pereira et al. (2014), as autoras realizaram observações junto à atuação do enfermeiro no que tange às orientações sobre amamentação, sendo desvelado que em 11,9% das vezes as orientações estavam relacionadas à anatomia das mamas e suas transformações durante o período perinatal.

De acordo com Almeida et al. (2010), o enfermeiro no desempenho de seu papel enquanto orientador busca acompanhar a mulher durante todo o processo de amamentação e, nesse contexto, desvelar seus mitos e crenças para promover a educação em saúde não apenas em relação a um único tema específico, mas com base nas necessidades de orientações que surgirem ao longo do processo.

3.3 INFLUÊNCIAS SOCIOCULTURAIS

Mitos e crenças sofrem forte influência de membros das redes de apoio à nutriz dando destaque ao papel desempenhado pela família, especialmente, mães e avós

e pela sociedade (PACHECO et al., 2010; PACHECO, CABRAL; 2011; FROTA et al., 2013).

No período puerperal, o cuidado recebido e o autocuidado vivenciados pela mulher são envolvidos por influências, crenças e práticas, que são passadas de geração em geração; são histórias e vivências que, muitas vezes, despertam tanta confiança, que acabam sendo percebidas como verdades absolutas e, assim, são seguidas sem questionamentos (ACOSTA et al., 2012). Dessa maneira, aponta-se que os fatores socioculturais envolvidos na prática do aleitamento materno sempre se fizeram presentes e, variam em função de diversas circunstâncias, podendo auxiliar ou mesmo interferir negativamente na prática de amamentação e na existência de mitos e crenças relacionados ao aleitamento (CIAMPO et al., 2008).

Nessa mesma direção, aponta-se que experiências anteriores da puérpera, bem como aquelas vivenciadas por familiares e vizinhos também são apontadas como determinantes à existência de mitos e crenças sobre amamentação durante o puerpério (PRATES, SCHMALFUSS, LIPINSKI; 2015).

Monte, Leal e Pontes (2013, p. 149) ratificam que esta é uma ação guiada pela subjetividade e experiência das mulheres, influenciada pelo contexto social em que vivem”. Barbieri et al (2014) reforçam que, os fatores socioculturais e as informações inconsistentes apresentadas pela nutriz podem favorecer a inibição precoce do aleitamento materno exclusivo.

Perante tais evidências, Prates, Schmalfluss e Lipinski (2014) defendem que o enfermeiro deve aproximar-se da rede de apoio da nutriz e conhecer suas experiências a fim de promover o cuidado de enfermagem não apenas com foco na puérpera, mas admitindo que a educação e orientação profissional devam ocorrer dentro do contexto sociocultural em que a mulher vive.

3.4 IMPACTO DAS ORIENTAÇÕES PROFISSIONAIS NO SURGIMENTO DOS MITOS E CRENÇAS

Outra questão identificada na análise dos estudos, diz respeito ao papel educacional dos profissionais de saúde perante os mitos e as crenças das puérperas. No estudo conduzido com mães de crianças nascidas a termo, as nutrizes relatam que certos profissionais de saúde ratificaram o mito de que o leite é fraco, orientando-as quanto à necessidade de suplementação alimentar (PACHEÇO et al., 2010). Ademais, outro estudo apontou que as informações sobre o aleitamento materno, recebidas dos profissionais de saúde, mostraram-se abstratas, favorecendo a legitimação de mitos e crenças já instalados (MORAIS et al., 2011).

A falta de aprimoramento educacional por parte dos profissionais de saúde, especialmente daqueles que atuam na atenção primária, leva ao ato de transmissão de informações pouco consistentes e que podem se configurar dentre as causas de desmame precoce pelas nutrizes orientadas (FONSECA-MACHADO et al., 2012).

Dessa maneira, é essencial que estes profissionais estejam em constante aprimoramento educacional a fim de se apresentarem como membros ativos e confiantes dentro da rede de apoio às mulheres em todo seu período perinatal (VAZ et al., 2014; MARQUES, COTTA, PRIORE; 2011).

No estudo desenvolvido por Vasquez, Dumith e Susin (2015) desvelou-se que, profissionais atuantes em equipes de Estratégia Saúde da Família (ESF) apresentaram melhor desempenho em teste sobre o conhecimento e manejo do aleitamento materno, quando comparados com os resultados daqueles profissionais que atuam em unidades que seguem o modelo tradicional. A partir dos resultados da pesquisa supracitada, infere-se que tais resultados corroboram com a ideia de que quanto mais próximo o profissional se coloca da nutriz e de sua rede de apoio melhor ele desempenha seu papel enquanto agente capaz de desmitificar informações consistentes evitando o desmame precoce.

Para Carvalho, Carvalho e Magalhães (2011), é essencial que o enfermeiro elabore um planejamento assistencial sistemático que propicie uma visão holística perante a puérpera, capaz de tornar a amamentação um ato tranquilo e prazeroso e de tornar o profissional um protagonista da rede de apoio habilitado a esclarecer dúvidas, bem

como auxiliar a mulher em suas dificuldades e possíveis complicações, sempre embasando a prática em conhecimento teórico-científico e trabalhando as experiências anteriores da nutriz sempre com empatia.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o puerpério, as nutrizes vivenciam mitos e crenças sobre a amamentação que apresentam forte influência de fatores socioculturais bem como das orientações recebidas dos profissionais de saúde, as quais corroboram especialmente para ocorrência de desmame precoce.

Dessa maneira, é importante que a equipe de enfermagem e saúde esteja constantemente em busca de aprimoramento profissional a fim desenvolver um plano assistencial às puérperas com atividades de educação em saúde, transmissão de conhecimentos advindos de evidências científicas fundamentadas, contribuindo assim, à mitigação de mitos e crenças experimentados pela puérpera que são contrários à prática do aleitamento materno.

REFERÊNCIAS

ACOSTA, Daniele Ferreira; et al. Influências, crenças e práticas no autocuidado das puérperas. **Revista Escola de Enfermagem USP**, São Paulo, v. 46, n. 6 p. 1327-33, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n6/07.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

ALMEIDA, Inez Silva; et al. Amamentação para mães primíparas: perspectivas e intencionalidades do enfermeiro ao orientar. **Cogitare Enferm**, Curitiba (PR), v. 15, n. 1, p. 19-25, 2010. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/cogitare/article/view/17139/11282>. Acesso em: 10 nov. 2015.

BARBIERI, Mayara Caroline; et al. Aleitamento materno: orientações recebidas no pré-natal, parto e puerpério. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**. Londrina (PR), v. 36, n. 1, p. 17-24, 2015. Disponível em: <<http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/download/16480/16920>>. Acesso em: 20 nov. 2015.

CARVALHO, Janaina Keren Martins de; CARVALHO, Clecilene Gomes; MAGALHÃES, Sérgio Ricardo. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. **e-Scientia**. Belo Horizonte (MG), v. 4, n. 2, p. 11-20, 2011. Disponível em: <<http://revistas.unibh.br/index.php/dcbas/article/view/186/373>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

CAMPOS, Aline Souza; ALMEIDA, Ana Carla Campos Hidalgo de; SANTOS, Reginaldo Passoni dos. Crenças, mitos e tabus de gestantes acerca do parto normal. **Rev Enferm UFSM**, Santa Maria (RS), v. 4, n. 2, p. 332-341, 2014. Disponível em: <<http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs-2.2.2/index.php/reufsm/article/view/10245/pdf>>. Acesso em: 22 nov. 2015.

CIAMPO, Luiz Antonio Del; et al. Aleitamento materno e tabus alimentares. **Rev Paul Pediatr**, São Paulo, v. 26, n. 4, p. 345-349, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v26n4/a06v26n4.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

COSTA, Edina Silva; et al. Alterações fisiológicas na percepção de mulheres durante a gestação. **Rev Rene**. Fortaleza (CE), v. 11, n. 2, p. 86-93, 2010. Disponível em: <<http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/viewFile/377/pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

ESCARCE, Andrezza Gonzalez; et al. Influência da orientação sobre aleitamento materno no comportamento das usuárias de um hospital universitário. **Revista**

CEFAC, São Paulo, v. 15, n. 6, p. 1570-1582, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rcefac/v15n6/v15n6a20.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

FONSECA-MACHADO, Mariana de Oliveira; et al. Aleitamento materno: conhecimento e prática. **Rev Esc Enferm USP**, São Paulo, v. 46, n. 4, p. 809-815, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n4/04.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

FROTA, Mirna Albuquerque et al. Conhecimento de mães acerca do aleitamento e complementação alimentar: pesquisa exploratória. **Online braz j nurs**. Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 120-34, 2013. Disponível em: http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/3890/pdf_2. Acesso em: 15 dez. 2015.

GUERREIRO, Eryjoso Marculino; et al. Educação em saúde no ciclo gravídico-puerperal: sentidos atribuídos por puérperas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 67, n. 1, p. 13-21, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v67n1/0034-7167-reben-67-01-0013.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

JUNGES, Carolina Frescura; et al. Percepções de puérperas quanto aos fatores que influenciam o aleitamento materno. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 31, n. 2, p. 343-50, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v31n2/20.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

MACHADO, Mariana Campos Martins; et al. Determinantes do abandono do aleitamento materno exclusivo: fatores psicossociais. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 48, n. 6, p. 985-994, 2014. Disponível em: <http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v48n6/pt_0034-8910-rsp-48-6-0985.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2015.

MARQUES, Emanuele Souza; COTTA, Rosângela Minardi; PRIORE, Silvia Eloiza. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 5, p. 2461-2468, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v16n5/a15v16n5.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

MARTINS, Elaine Lutz; VARGENS, Octavio Muniz da Costa. Percepções de mulheres a respeito da sexualidade durante a amamentação: uma revisão integrativa. **Rev enferm UERJ**. Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 271-277, 2014. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v22n2/v22n2a20.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016

MORAIS, Ana Márcia Bustamante; et al. Vivência da amamentação por trabalhadoras de uma indústria têxtil do Estado do Ceará, Brasil. **Rev bras enferm**, Brasília, v. 64, n.1, p. 66-71, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v64n1/v64n1a10.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

MONTE, Giselle Carlos Santos; LEAL, Luciana Pedrosa; PONTES, Cleide Maria. Rede social de apoio à mulher na amamentação. **Cogitare Enferm**. Curitiba (PR), v. 18, n. 1, p. 148-155, 2013. Disponível em: <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/cogitare/article/view/31321/20028>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

NEU, Aline Prade; et al. Aleitamento: relação com hábitos de sucção e aspectos socioeconômicos familiares. **Revista CEFAC**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 883-891, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rcefac/v16n3/1982-0216-rcefac-16-3-0883.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

PACHECO, Sandra Teixeira de Araújo; CABRAL, Ivone Evangelista. As crenças culturais dos familiares no manejo da alimentação do bebê de baixo peso. **Rev enferm UERJ**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 4, p. 558-63, 2011. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v19n4/v19n4a09.pdf> >. Acesso em: 20 jan. 2016.

PACHECO, Sandra Teixeira de Araújo et al. Orientações dadas à mãe acerca da alimentação de seu filho: contribuições para a enfermagem. **R. pesq. cuid. fundam. online**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 3, p. 989-996, 2010. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/viewFile/594/pdf_35>. Acesso em: 20 jan. 2016.

PASSANHA, Adriana; CERVATO-MANCUSO, Ana Maria; SILVA, Maria Elisabeth Machado Pinto e. Elementos protetores do leite materno na prevenção de doenças gastrointestinais e respiratórias. **Rev Bras Crescimento Desenvolvimento Hum**. São Paulo, v. 20, n. 2, p. 351-360, 2010. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v20n2/17.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

PEREIRA, Gardenia Gomes; et al. Orientações sobre aleitamento materno em consultas de pré-natal. **Enferm. Foco**. São Paulo, v. 5, n. 3/4, p. 57-60, 2014. Disponível em: <<http://revista.portalcofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/629/254>>. Acesso em: 22 nov. 2016.

PRATES, Lisie Alende; SCHMALFUSS, Joice Moreira; LIPINSKI, Jussara Mendes. Rede de apoio social de puérperas na prática da amamentação. **Esc Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 310-315, 2015. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/pdf/ean/v19n2/1414-8145-ean-19-02-0310.pdf>>. Acesso em: 15 dez. 2015.

PRATES, Lisie Alende; SCHMALFUSS, Joice Moreira; LIPINSKI, Jussara Mendes. Amamentação: a influência familiar e o papel dos profissionais de saúde. **Rev Enferm UFSM**, Santa Maria (RS), v. 4, n. 2, p. 359-367, 2014. Disponível em: <<http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs-2.2.2/index.php/reufsm/article/viewFile/10631/pdf>>. Acesso em: 22 nov. 2016.

STEFANELLO, Juliana; NAKANO, Ana Márcia Spanó; GOMES, Flávia Azevedo. Crenças e tabus relacionados ao cuidado no pós-parto: o significado para um grupo de mulheres. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 275-81, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v21n2/pt_a07v21n2.pdf>. Acesso em: 20 jan. 2016.

STRAPASSON, Márcia Rejane; NEDEL, Maria Noemia Birck. Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 31, n. 3, p. 521-8, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v31n3/v31n3a16.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

TEIXEIRA, Monaliza Moraes; et al. Percepção de primíparas sobre orientações no pré-natal acerca do aleitamento materno. **Rev Rene**, Fortaleza, v. 14, n. 1, p. 179-86, 2013. Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/209/pdf_1>. Acesso em: 15 dez. 2015.

VAZ, Daniel de Carvalho; et al. Concepção materna sobre a amamentação em lactentes de um programa do método mãe canguru. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Salvador (BA), v. 38, n. 2, pp. 225-242, abr-jun. 2014. Disponível em: http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/viewFile/520/pdf_553. Acesso em: 20 jan. 2016.

VASQUEZ, Jamile; DUMITH, Samuel C.; SUSIN, Lulie Rosane Odeh. Aleitamento materno: estudo comparativo sobre o conhecimento e o manejo dos profissionais da estratégia saúde da família e do modelo tradicional. **Rev Bras Saúde Matern Infant**. Recife, v. 15, n. 2, p. 181-192, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v15n2/1519-3829-rbsmi-15-02-018.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2016.

ZUBARAN, Carlos; FORESTI, Katia. Estudo da correlação entre aleitamento e estado de saúde materno. **Einstein**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 180-5, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/eins/v11n2/pt_08.pdf>. Acesso em: 20 jan. 2016.