



unifaema

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA – UNIFAEMA

LARISA BAIETA CALDAS

**RELAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO E O PUERPÉRIO: IMPACTOS NA SAÚDE
FÍSICA E EMOCIONAL DA GENITORA**

**ARIQUEMES - RO
2025**

LARISA BAIETA CALDAS

**RELAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO E O PUERPÉRIO: IMPACTOS NA SAÚDE
FÍSICA E EMOCIONAL DA GENITORA**

Artigo científico apresentado ao Centro Universitário
FAEMA (UNIFAEMA), como requisito parcial para
a obtenção do título de Bacharela em Enfermagem

Orientador(a): Profa. Me. Thays Dutra Chiarato
Veríssimo.

**ARIQUEMES - RO
2025**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação

Centro Universitário Faema - UNIFAEMA

Gerada mediante informações fornecidas pelo(a) Autor(a)

C145r CALDAS, Larisa Baieta

Relação da amamentação e o puerpério: impactos na saúde física e emocional da genitora/ Larisa Baieta Caldas – Ariquemes/ RO, 2025.

28 f. il.

Orientador(a): Profa. Ma. Thays Dutra Chiarato Veríssimo

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) –
Centro Universitário Faema - UNIFAEMA

1.Amamentação. 2.Depressão pós-parto. 3.Políticas Públicas. 4.Puerpério.
5.Saúde da mulher. I. Veríssimo, Thays Dutra Chiarato. II.Título.

CDD 610.73

Bibliotecário(a) Isabelle da Silva Souza

CRB 11/1148

LARISA BAIETA CALDAS

**RELAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO E O PUERPÉRIO: IMPACTOS NA SAÚDE
FÍSICA E EMOCIONAL DA GENITORA**

Artigo científico apresentado ao Centro Universitário
FAEMA (UNIFAEMA), como requisito parcial para
a obtenção do título de Bacharela em Enfermagem.

Orientador(a): Prof. Me. Thays Dutra Chiarato
Veríssimo.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Me. Thays Dutra Chiarato Veríssimo.
Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA

Profa. Me. Elis Milena Ferreira do Carmo Ramos
Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA

Profa. Esp. Gleicy Kelly Camilo
Centro Universitário FAEMA - UNIFAEMA

**ARIQUEMES - RO
2025**

Dedico este trabalho aos meus pais, ao meu irmão e ao meu esposo, pelo apoio, incentivo e companheirismo ao longo desta jornada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me conceder força, sabedoria e serenidade para superar os desafios desta trajetória acadêmica. Sua presença e orientação me sustentaram em todos os momentos difíceis e me motivaram a seguir em frente.

À minha mãe, pelo amor incondicional, dedicação incansável e apoio constante em todos os momentos da minha vida. Sua coragem, paciência e exemplo diário foram fundamentais para que eu chegasse até aqui. Ao meu pai, que, mesmo não estando mais presente fisicamente, permanece vivo em minhas lembranças, inspirando minhas escolhas e conquistas.

Ao meu irmão, por seu apoio constante, dedicação e cuidado, assumindo também, muitas vezes, o papel de pai, e por estar sempre presente nos momentos mais importantes. Sua presença foi essencial para que eu me sentisse amparada em cada etapa desta jornada.

À minha cunhada, pelo carinho, incentivo e suporte incondicional, que tornaram minha caminhada mais leve, acolhedora e motivadora.

À minha orientadora, por sua paciência, dedicação e orientações precisas, que foram essenciais para a realização deste trabalho. Seu acompanhamento cuidadoso e incentivo constante foram fundamentais para meu desenvolvimento acadêmico e pessoal.

A todos os professores, pelo conhecimento transmitido, pelos ensinamentos e pelo incentivo, que contribuíram significativamente para minha formação e amadurecimento acadêmico.

E, de maneira muito especial, ao meu esposo, pelo amor, paciência e companheirismo, que foram fundamentais para que eu pudesse alcançar meus objetivos. Sua presença constante tornou cada desafio mais suportável e cada conquista ainda mais significativa, tornando esta jornada muito mais leve e gratificante.

*“A educação é a arma mais poderosa
que você pode usar para mudar o
mundo.”*

Nelson Mandela

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1 ASPECTOS ANATÔMICOS, FISIOLÓGICOS E PSICOLÓGICOS DA AMAMENTAÇÃO.....	12
2.1.1 Aspectos Anatômicos da Glândula Mamária.....	12
2.1.2 Aspectos Fisiológicos da Amamentação e Lactogênese	13
2.1.3 Dimensões Psicológicas da Amamentação	14
2.2 PUERPÉRIO.....	14
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	18
4. RESULTADOS	18
5. DISCUSSÃO.....	19
5.1 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO NA SAÚDE MATERNA.....	19
5.2 O PAPEL DA ENFERMAGEM NO PROCESSO DE ALEITAMENTO MATERNO	22
6. CONCLUSÃO	24
REFERÊNCIAS.....	26
ANEXO A – DECLARAÇÃO DE APROVAÇÃO DE PLÁGIO.....	30

RELAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO E O PUERPÉRIO: IMPACTOS NA SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL DA GENITORA

RELATIONSHIP BETWEEN BREASTFEEDING AND THE PUERPERIUM: IMPACTS ON THE PHYSICAL AND EMOTIONAL HEALTH OF THE MOTHER

Larisa Baieta Caldas¹

Thays Dutra Chiarato Veríssimo²

RESUMO

O puerpério, período de seis semanas pós-parto, envolve profundas adaptações na mulher, sendo a amamentação uma prática com impacto significativo na sua saúde integral. Este estudo, baseado em revisão de literatura (2020-2025), examina esses efeitos de forma multidimensional. Fisiologicamente, a amamentação estimula a ocitocina, promovendo a involução uterina e reduzindo o risco de hemorragia. Auxilia no retorno ao peso pré-gestacional e confere proteção a longo prazo contra câncer de mama e ovário, além de melhorar o perfil glicêmico, beneficiando especialmente mulheres com diabetes gestacional. Psicologicamente, a lactação fortalece o vínculo mãe-filho através da liberação hormonal, que induz sensações de prazer e reduz o estresse. Evidências associam a amamentação a uma menor prevalência de depressão pós-parto, destacando a autoeficácia materna como fator crucial para o sucesso. Contudo, desafios como complicações físicas (dor, mastite), fatores psicossociais (ansiedade, falta de apoio) e barreiras socioculturais (retorno precoce ao trabalho) frequentemente resultam em desmame. Conclui-se que o sucesso da amamentação depende de uma abordagem multidisciplinar, incluindo suporte profissional qualificado — com aconselhamento individualizado e acolhimento emocional — e a implementação de políticas públicas robustas, como licenças-parentais adequadas e a promoção de hospitais "Amigos da Criança". Tais medidas são investimentos essenciais para a saúde pública, garantindo benefícios integrais à mulher no puerpério.

Palavras-chave: amamentação; depressão pós-parto; políticas públicas; puerpério; saúde da mulher.

¹ Bacharelada em enfermagem pelo Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA, lari.bacaldas@gmail.com

² Mestra, Docente UNIFAEMA – thais.chiarato@unifaema.edu.br

Abstract

The puerperium, a period of six weeks postpartum, involves profound adaptations for women, with breastfeeding being a practice that significantly impacts their integral health. This study, based on a literature review (2020-2025), examines these effects in a multidimensional way. Physiologically, breastfeeding stimulates oxytocin, promoting uterine involution and reducing the risk of hemorrhage. It aids in returning to pre-pregnancy weight and provides long-term protection against breast and ovarian cancer, in addition to improving glycemic profile, especially benefiting women with gestational diabetes. Psychologically, lactation strengthens the mother-child bond through the release of hormones that induce sensations of pleasure and reduce stress. Evidence links breastfeeding to a lower prevalence of postpartum depression, highlighting maternal self-efficacy as a crucial factor for success. However, challenges such as physical complications (pain, mastitis), psychosocial factors (anxiety, lack of support), and sociocultural barriers (early return to work) often result in early weaning. It is concluded that the success of breastfeeding depends on a multidisciplinary approach, including qualified professional support—with individualized counseling and emotional care—and the implementation of robust public policies, such as adequate parental leave and the promotion of "Baby-Friendly Hospitals". Such measures are essential investments in public health, ensuring comprehensive benefits for women in the puerperium.

Keywords: breastfeeding; postpartum depression; public policies; puerperium; women's health.

1. INTRODUÇÃO

O puerpério é um período de transformações na vida e saúde da mulher, caracterizado por adaptações anatômicas, fisiológicas, psicológicas, emocionais e sociais que se estendem desde o parto até aproximadamente seis semanas após o nascimento. Este período de transformações, oferece a mulher um vínculo afetivo profundo com o recém-nascido e a vivência da lactação como um processo fisiologicamente integrador, porém impõe desafios as mães. Dentre os fatores, destaca-se os psicoemocionais como disforia pós-parto e a depressão, condições ligadas as flutuações hormonais e a redefinição identitária inerente a maternidade (Magalhães *et al.*, 2024).

Apesar dos benefícios da amamentação para mãe e bebê, as mulheres enfrentam dores nas mamas, fissuras, ingurgitamento e mastite, essas situações impactam as taxas de aleitamento materno (Santos, *et al.*, 2020). Essas realidades são agravadas por fatores psicossociais, como ansiedade generalizada, insegurança no suporte familiar e profissional, criando assim um ciclo de vulnerabilidade que pode culminar no desmame precoce. Este cenário evidencia a necessidade de uma assistência de enfermagem integral e empática, capaz de acolher as multidimensionalidades que permeiam a experiência puerperal.

Diante deste cenário, surge o problema de pesquisa: Quais os reais impactos da amamentação na saúde física e emocional de mulheres no período puerperal, e como os desafios enfrentados podem ser superados para maximizar seus benefícios?

Portanto, para responder a esta questão, o presente estudo tem como objetivo geral analisar os efeitos da amamentação na saúde integral da mulher durante o puerpério, considerando suas dimensões biológicas, psicológicas e sociais. Especificamente, busca-se: identificar os benefícios físicos e hormonais da lactação; avaliar seu impacto na saúde mental materna; e analisar os fatores facilitadores e limitantes do aleitamento bem-sucedido.

A compreensão aprofundada desses mecanismos e a identificação de estratégias efetivas de apoio à lactação são essenciais para o desenvolvimento de políticas públicas e práticas clínicas que verdadeiramente sustentem as mulheres neste período tão singular de suas vidas. Este estudo pretende, portanto, contribuir para a construção de um cuidado mais integral e empoderador no puerpério, honrando a complexidade e a importância desta experiência transformadora.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ASPECTOS ANATÔMICOS, FISIOLÓGICOS E PSICOLÓGICOS DA AMAMENTAÇÃO

A amamentação representa um processo biopsicossocial complexo que envolve a integração de estruturas anatômicas especializadas, mecanismos fisiológicos sofisticados e dimensões psicológicas profundas. Nos últimos cinco anos, avanços significativos na pesquisa em lactação humana têm ampliado nossa compreensão sobre esses aspectos inter-relacionados. Este referencial teórico sintetiza as evidências científicas mais recentes sobre os componentes anatômicos, fisiológicos e psicológicos da amamentação, fornecendo uma base atualizada para práticas clínicas baseadas em evidências (Rizzi & Loureiro, 2024).

2.1.1 Aspectos Anatômicos da Glândula Mamária

A glândula mamária humana apresenta uma organização estrutural complexa que se estabelece durante a gravidez, graças aos hormônios estrogênio e progesterona, que estimulam tanto a proliferação dos ductos mamários quanto o surgimento dos alvéolos responsáveis pela produção de leite. Cada mama é constituída, de forma estrutural, por 15 a 20 lobos mamários, dispostos em um padrão radial e drenados por ductos lactíferos que se abrem no mamilo (Rodrigues, 2021). Além disso, a arquitetura dos ductos é individualmente variável e apresenta anastomoses entre sistemas adjacentes, o que assegura a drenagem láctea em caso de obstruções parciais (García-Gutierrez & Ortiz-Hidalgo, 2024).

Ao mesmo tempo em que essa organização ocorre, o parênquima mamário passa por mudanças dinâmicas. De acordo com evidências de ressonância magnética funcional, o volume glandular funcional aumenta de 30 a 40% durante a gestação e o suporte vascular se expande, com um aumento de até 180% no fluxo sanguíneo para suprir as necessidades metabólicas da lactação (Geddes *et al.*, 2020).

Já o complexo aréola-mamilar possui especializações anatômicas essenciais. Na aréola encontram-se as glândulas de Montgomery, que produzem secreções lubrificantes e feromônios, da mesma forma que o mamilo possui musculatura lisa para a ereção (García-Gutierrez & Ortiz-Hidalgo, 2024; Ferreira *et al.*, 2025). A inervação dessa área é igualmente crucial, pois há mecanorreceptores de alta sensibilidade (corpúsculos de Krause) localizados na aréola que, quando ativados pela sucção, enviam impulsos neurais ao hipotálamo, onde regulam o reflexo de ejeção láctea (Del Riego *et al.*, 2020; Luigi *et al.*, 2023). Porém, em alguns casos

as características anatômicas podem dificultar a amamentação aumentando o risco de complicações como ingurgitamento e mastite.

2.1.2 Aspectos Fisiológicos da Amamentação e Lactogênese

Durante a gestação, é iniciado um complexo processo hormonal que dá origem à lactação. O principal regulador do processo é a prolactina, um hormônio da adeno-hipófise que promove a produção do leite, e a ocitocina, que é secretada pela neuro-hipófise, controla sua ejeção (García-Gutierrez & Ortiz-Hidalgo, 2024). Estudos recentes demonstram que a prolactina e o fator de crescimento IGF-1 trabalham juntos na diferenciação das células epiteliais mamárias (Al-Chalabi *et al.*, 2023). Também a comunicação por exossomos presentes no leite materno aparece como um moderno mecanismo de autorregulação da produção láctea (Paladino *et al.*, 2021), revelando a complexidade dos sistemas de controle.

A lactogênese, ou desenvolvimento da lactação, acontece em etapas distintas. A Lactogênese I tem início no segundo trimestre da gestação, com a preparação do aparelho secretor. A Lactogênese II, que é quando ocorre a "descida do leite", começa entre 30 e 40 horas após o parto, enquanto a Lactogênese III é a fase que mantém a produção. Esta fase de manutenção é fortemente dependente do esvaziamento mamário regular, que elimina um poderoso inibidor da lactação (FIL) encontrado no leite, destacando um importante mecanismo de feedback local. Assim, é essencial que o leite seja removido com frequência para que a produção continue (Silva e Jazen, 2023; Fernandez *et al.*, 2024).

Em contraste, o reflexo de ejeção láctea é neuroendócrino. A pressão exercida pelo bebê durante a amamentação ativa mecanorreceptores localizados no mamilo, que enviam sinais ao hipotálamo, provocando uma liberação pulsátil de ocitocina. Esta hormona provoca a contração das células mioepiteliais, o que facilita a expulsão do leite (Uvnäs-Moberg *et al.*, 2020). De acordo com estudos de neuroimagem, a amamentação estimula não apenas o hipotálamo, mas também áreas corticais associadas ao estabelecimento de laços emocionais (Kim *et al.*, 2022), unindo, portanto, a fisiologia à emocionalidade.

Por fim, a composição do leite materno é dinâmica, mudando durante a mamada (leite anterior e posterior), ao longo do dia e conforme a fase da lactação. A variabilidade garante que o lactente receba a nutrição e o suporte imunológico que são adequados às suas necessidades específicas (Soares *et al.*, 2025).

2.1.3 Dimensões Psicológicas da Amamentação

A amamentação é muito mais do que um ato biológico; é um processo que também possui um forte componente psicológico, afetando a mãe e o bebê. Quando vista pela ótica materna, amamentar está ligado à liberação de neuro-hormônios como ocitocina e prolactina que induzem ao bem-estar emocional, favorecem o estreitamento do laço afetivo e diminuem o estresse (García-Gutierrez & Ortiz-Hidalgo, 2024). Silva e Colaboradores (2023) observaram que as mulheres que realizam a amamentação exclusiva têm menores taxas de depressão pós-parto (DPP), sendo essa uma relação bidirecional, já que dificuldades na amamentação podem intensificá-la.

O sucesso em amamentar está ligado à confiança que a mãe tem em sua capacidade de amamentar. Essa confiança é chamada de autoeficácia materna, mulheres tendem a lidar melhor com os primeiros desafios, conseguindo amamentar por mais tempo (Vieira *et al.*, 2025). As intervenções de apoio à amamentação têm efeito direto sobre a autoeficácia materna pois aumentam a autoconfiança das mães e diminuem a ansiedade (Becker *et al.*, 2022). As vivências emocionais relacionadas à amamentação não são universais entre as mulheres. Enquanto algumas mulheres relatam sensações de completude e satisfação, outras podem sentir ansiedade ou desconforto (Abuchaim, 2023). A experiência dessas pessoas é modulada de forma significativa pela presença de apoio profissional e familiar adequado (Soares *et al.*, 2025).

Mesmo com suas vantagens, a amamentação pode ser prejudicada por fatores como dor na mama, baixa produção de leite e a ausência de suporte profissional. A amamentação é afetada por contextos socioculturais, políticas de trabalho e estratégias de marketing de fórmulas infantis (Soares *et al.*, 2025).

Durante o pré-natal pode prever dificuldades na amamentação e possibilitar intervenções precoces. Entender como o corpo funciona nos ajuda a perceber por que a pega correta e a amamentação em livre-demanda são tão importantes. Por último, considerar as dimensões psicológicas torna possível oferecer o suporte emocional imprescindível para o êxito da amamentação.

2.2 PUERPÉRIO

O puerpério, se inicia após a saída da placenta, é um período repleto de mudanças anatômicas, fisiológicas e psicológicas que visam restaurar o estado do organismo antes da gravidez. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera um período de cerca de seis semanas (42 dias), embora muitas mudanças possam durar meses ou até anos (WHO, 2023).

Para facilitar o entendimento, o puerpério é convencionalmente dividido em fases temporais distintas, conforme mostrado no Quadro 1.

Quadro 1: Definição e características das fases do puerpério.

Fase	Período Temporal	Definição e Principais Características
Puerpério Imediato	0 a 24 horas pós-parto	Período crítico de vigilância para complicações hemorrágicas imediatas. Caracteriza-se pelo início dos processos involutivos uterinos e da lactogênese, além do estabelecimento inicial do vínculo mãe-bebê
Puerpério Mediato	2 a 10 dias pós-parto	Fase de intensas modificações fisiológicas, incluindo involução uterina acelerada, estabelecimento da lactação e significativos ajustes hemodinâmicos e hormonais. Compreende a primeira semana pós-parto, momento de grande adaptação metabólica.
Puerpério Tardio	11 dias a 42 dias pós-parto	Período de consolidação das transformações, com retorno gradual às condições pré-gestacionais. A involução uterina completa-se aproximadamente ao final desta fase e os padrões lactacionais se estabilizam.
Puerpério Remoto	A partir do 43º dia	Fase estendida que pode durar até 6-24 meses, durante a qual ocorrem adaptações metabólicas, psicológicas e sociais duradouras. Inclui a readaptação do sistema músculo-esquelético, a regulação do eixo hormonal e o estabelecimento de novas dinâmicas familiares

Fonte: Rezende *et al.*, 2021

Entre as mais significativas mudanças fisiológicas, está o processo de involução uterina, que é um marco essencial do puerpério. Logo após o nascimento, o útero passa por um processo de redução que o leva de cerca de 1000g para aproximadamente 60g ao final da sexta semana, por meio de um mecanismo de autólise. Ao mesmo tempo, nota-se a evolução do lóquio, que é uma secreção uterina, cujas mudanças de cor vermelho (lóquio rubra) para um tom seroso (lóquio serosa) e, por fim, esbranquiçado (lóquio alba) – indicam a cicatrização progressiva do endométrio e são um importante parâmetro clínico do processo involutivo (Rezende *et al.*, 2021).

Além das transformações físicas, o puerpério é um momento intenso de transição de identidade e reorganização psicológica. Dessa forma, o cuidado no puerpério precisa ser integral, levando em conta que o físico e o emocional são interdependentes. Conhecer as etapas do puerpério e suas transformações típicas, tal como sistematicamente estruturado, capacita os profissionais de saúde a supervisionar a involução uterina, detectar alterações no lóquio e prestar suporte psicológico adequado. Assim, é viável oferecer à mulher um suporte holístico

nesse momento de transição delicada, favorecendo não só a recuperação física, mas também o equilíbrio mental.

Evidências científicas contemporâneas demonstram que o aleitamento materno confere benefícios multifacetados, abrangendo desde a recuperação anatômica e metabólica até a estabilidade emocional e a integração social (Modak *et al.*, 2023).

O puerpério constitui um período de profundas transformações anatômicas e fisiológicas, que se iniciam imediatamente após a dequitação placentária, o corpo da mãe inicia um processo de involução uterina, retorna progressivamente ao estado pré-gestacional ao longo de seis semanas. Este mecanismo chamado de autólise é acompanhado pela evolução do lóquio, sendo esta uma secreção uterina de coloração alterada, de rubra a serosa e, finalmente alba, essas alterações servem como marcador clínico da cicatrização endometrial (Rezende *et al.*, 2021). Paralelamente, o sistema mamário, que sofreu significativa proliferação ductal e alveolar durante a gravidez, é estimulado pela sucção do recém-nascido, desencadeando a lactogênese e estabelecendo a produção láctea como um fenômeno dependente da integridade anatômica e da regulação neuroendócrina.

A prática lactacional estimula a liberação de ocitocina, hormônio que promove contrações uterinas efetivas, acelerando a involução do útero e reduzindo significativamente o risco de hemorragia pós-parto, uma das principais causas de morbimortalidade materna (Campos *et al.*, 2020). Ademais, o gasto energético envolvido na síntese láctea contribui para a mobilização de reservas adiposas acumuladas durante a gestação, facilitando a perda ponderal e a recuperação do peso pré-gestacional (Soares *et al.*, 2025).

A lactação confere proteção significativa e duradoura para a saúde da mulher, com evidências robustas de coortes prospectivas apontando para uma redução substantiva na incidência de neoplasias mamárias e ovarianas (Vieira *et al.*, 2025). O mecanismo fisiopatológico subjacente a este efeito oncoprotetor está fundamentalmente ancorado em dois processos biológicos principais: a diferenciação terminal das células epiteliais mamárias, que confere maior resistência a transformações malignas, e a supressão ovulatória prolongada induzida pela amenorreia lactacional. Este último resulta em uma drástica diminuição da exposição cíclica aos estrogênios endógenos, hormônios com conhecida ação proliferativa e mitogénica sobre o tecido mamário e endometrial, reduzindo assim a exposição cumulativa ao longo da vida a este ambiente hormonal estimulador.

Adicionalmente, o estado de amenorreia lactacional promove notáveis benefícios à homeostase metabólica global. A supressão menstrual leva à conservação de ferro orgânico, reduzindo de forma marcante a incidência de anemia ferropriva, uma condição frequente no

ciclo gravídico-puerperal. Paralelamente, observa-se uma melhoria significativa no perfil glicêmico e na sensibilidade à insulina, particularmente benéfica para mulheres com antecedentes de diabetes mellitus gestacional, mitigando o seu risco de progressão para diabetes tipo 2 no médio e longo prazo. Este período de repouso gonadal e metabólico permite uma reprogramação favorável do metabolismo energético, funcionando como uma janela de oportunidade para a promoção da saúde metabólica (Campos *et al.*, 2020; Flores-Quijano *et al.*, 2024).

A modulação hormonal singular do período lactacional, caracterizada por níveis persistentemente elevados de prolactina e pela liberação pulsátil de ocitocina, exerce ainda uma influência reguladora crucial sobre o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal. Esta regulação neuroendócrina traduz-se em adaptações cardiometabólicas vantajosas, incluindo uma menor reatividade ao estresse, redução da variabilidade da pressão arterial e um perfil de menor risco cardiovascular (Vieira *et al.*, 2025). A conjunção destes mecanismos—supressão estrogênica, melhoria metabólica e modulação do estresse—configura a lactação como um fator protetor multifacetado, contribuindo para uma menor incidência de hipertensão arterial e outras morbidades cardiometabólicas nos anos subsequentes ao parto.

Na amamentação, a sucção do lactente estimula a liberação de ocitocina e prolactina, são os hormônios que atuam na sinergicamente na ejeção láctea e na promoção de sensação de bem-estar e o vínculo afetivo. Esta modulação neuroendócrina promove um ajustamento metabólico e a recuperação ponderal pós-parto, e exerce um efeito protetor sobre a saúde mental materna. Evidências apontam que a prática do aleitamento está inversamente associada à prevalência de depressão pós-parto, uma vez que a liberação pulsátil de ocitocina durante as mamadas promove relaxamento e reduz a reatividade ao estresse, fortalecendo a autoeficácia materna (Silva *et al.*, 2023; Eloi e Muner, 2024).

Em relação ao fator psicossocial, a experiência da amamentação é influenciada pelo contexto cultural, o suporte familiar e as políticas públicas. Ainda hoje, muitas mulheres enfrentam os desafios como dores nas mamas, a insegurança na hora da amamentação e a falta de apoio social, esses fatores podem chegar ao desmame precoce (Magalhães; Medeiros; Cola; 2024). Atuação do enfermeiro é essencial, não apenas para o manejo técnico, mas também no acolhimento emocional e no empoderamento das nutrizas. Estratégias como a educação em saúde, escuta ativa e a implementação de políticas de proteção a maternidade são fundamentais para transformar amamentação em uma experiência positiva e sustentável, assim promovendo a saúde integral da mulher no puerpério (Brasil, 2022; WHO, 2023).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Essa pesquisa trata-se de uma revisão de literatura com caráter exploratório, na qual é descrita como um método que utiliza estudos científicos com o objetivo definir conceitos, revisão de teorias, evidências e análise de um tema específico, fornecendo maior compreensão de um determinado problema importante a ser investigado (Gil, 2022).

As literaturas utilizadas nesta revisão foram obtidas através de publicações eletrônicas nas bases de periódicos como: Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), Google Acadêmico e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Os Descritores em Ciências da Saúde (DECS) utilizados foram: Amamentação; Benefícios; Puerpério; Gestantes. A busca dos dados foi realizada por meio dos descritores utilizando os operadores “AND” e “OR”.

Como critérios de inclusão foram utilizados estudos completos e finalizados, publicados entre 2020 e 2025, em língua portuguesa, inglesa ou espanhola e que estivessem relacionados com os objetivos da pesquisa. Foram excluídas as literaturas incompletas e duplicadas. Além disso, também foram utilizados manuais do Ministério da Saúde e legislações relacionadas ao tema, os quais não tiveram limitação de data.

A análise para coleta das literaturas iniciou com a leitura dos títulos e resumos das obras e, posteriormente, da leitura na íntegra para evidencição da relevância para a pesquisa. Ao todo foram incluídas 29 bibliografias nesta revisão, das quais 22 são artigos científicos, 03 são livros e 4 são legislações e manuais de saúde.

4. RESULTADOS

Os estudos revistos demonstram que a amamentação traz importantes benefícios fisiológicos para a saúde da mãe, sobretudo no puerpério imediato. A ocitocina liberada durante a sucção favorece a involução do útero, previne hemorragias, estimula a ejeção do leite e ainda auxilia na recuperação metabólica e no retorno ao peso que a mãe tinha antes da gestação (Soares *et al.*, 2025). Além disso, a prática ajuda a mobilizar as reservas de gordura acumuladas durante a gestação, favorecendo o equilíbrio do corpo após o parto.

O aleitamento materno, a longo prazo, está relacionado à diminuição do risco de doenças crônicas e câncer. A amenorreia lactacional e a diferenciação celular mamária diminuem as chances de câncer de mama e ovário, assim como favorecem o metabolismo glicêmico e a sensibilidade à insulina, notadamente em mulheres que tiveram diabetes gestacional (Vieira *et*

al., 2025; Campos *et al.*, 2020; Flores-Quijano *et al.*, 2024). Além disso, manter os níveis de ferro e regular os hormônios diminui a probabilidade de complicações metabólicas no futuro.

No que diz respeito ao psicológico, os resultados indicam a influência neuro-hormonal benéfica da amamentação. Os efeitos da ocitocina e da prolactina diminuem os níveis de estresse, promovem o relaxamento e intensificam o laço entre mãe e filho, o que diminui a incidência de depressão pós-parto (Kim *et al.*, 2022; Modak *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2023; Eloi & Muner, 2024). A conexão entre depressão e amamentação é mútua: mães que apresentam sintomas depressivos costumam amamentar menos, e o desmame precoce eleva a vulnerabilidade emocional, exigindo apoio especializado e contínuo.

Apesar das vantagens, os estudos indicam que há dificuldades que interrompem o aleitamento. Dentre as principais barreiras, destacam-se a dor, fissuras, ingurgitamento, baixa produção de leite, fatores culturais, volta ao trabalho e falta de rede de apoio (Magalhães *et al.*, 2024; Araújo *et al.*, 2023). Por isso, é fundamental que se tenha um acompanhamento multiprofissional, com ênfase na atuação da enfermagem, que se dedica ao aconselhamento, manejo clínico e suporte emocional (Carvalho *et al.*, 2021; Becker *et al.*, 2022; Brasil, 2022; WHO, 2023). Para que a amamentação seja iniciada e mantida, estratégias educativas, grupos de apoio e políticas públicas são fundamentais.

5. DISCUSSÃO

5.1 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO NA SAÚDE MATERNA

Amamentar é fundamental para a saúde plena da mulher no pós-parto e para sua recuperação, pois oferece benefícios que vão além do biológico, incluindo o psicológico e o social. Começamos, pois, a elencar os efeitos biológicos, já que a amamentação provoca mudanças anatômicas e funcionais indispensáveis para que o organismo se recupere do parto. A sucção do recém-nascido provoca a liberação de ocitocina, que é responsável pela involução uterina e pela redução do risco de hemorragias. Além disso, este hormônio também ajuda na produção e no reflexo de ejeção do leite. Além de prevenir problemas de saúde imediatos, esse processo ajuda a mobilizar as reservas de gordura que foram acumuladas durante a gestação, tornando mais fácil o retorno ao peso pré-gestacional, conforme afirmam Soares *et al.* (2025).

Além disso, os benefícios físicos e hormonais da amamentação vão muito além do puerpério. O aleitamento materno diminui a ocorrência de neoplasias mamárias e ovarianas, pois promove a diferenciação celular mamária e suprime a ovulação devido à amenorreia lactacional prolongada. Isso resulta em uma diminuição considerável da exposição da mulher

aos estrogênios que seu próprio organismo produz ao longo da vida, fator já estabelecido como protetor contra esses cânceres (Vieira *et al.*, 2025). Além disso, manter os níveis de ferro no organismo e melhorar o perfil glicêmico e a sensibilidade à insulina são aspectos que não devem ser negligenciados. Isso se torna especialmente valioso para aquelas que enfrentaram diabetes gestacional, ajudando a manter um equilíbrio no metabolismo e a evitar possíveis complicações (Campos *et al.*, 2020; Flores-Quijano *et al.*, 2024).

Em termos psicológicos, amamentar ganha uma relevância ainda maior para a saúde plena da mulher que gerou. Segundo Kim *et al.* (2022) e Modak *et al.*, a ocitocina e a prolactina, que são liberadas durante a amamentação, não apenas proporcionam benefícios físicos, mas também ajudam a mãe a relaxar, reduzem o estresse e favorecem o laço emocional entre mãe e filho. (2023). Uma relação tão benéfica reduz os índices de depressão pós-parto, o que evidencia o quanto a autoeficácia materna e o suporte emocional contínuo são fundamentais para o sucesso da amamentação e para os ganhos na saúde mental da mulher (Silva *et al.*, 2023; Eloi & Muner, 2024).

Contudo, é essencial contar com uma boa rede de apoio e enfrentar os desafios típicos do puerpério para que a amamentação ocorra de forma satisfatória. É imprescindível o suporte de toda a equipe multiprofissional, sobretudo da enfermagem, para que a mulher receba tanto o aconselhamento técnico quanto o apoio emocional (Carvalho *et al.*, 2021). É preciso desenvolver estratégias que favoreçam a autoconfiança da mãe, pois só assim será possível enriquecer e prolongar a experiência e a vivência materna com aleitamento. Isso pode ser alcançado por meio de grupos de apoio, programas de educação em saúde e políticas públicas que assegurem a proteção à maternidade (Becker *et al.*, 2022; Brasil, 2022; WHO, 2023).

Entretanto, há obstáculos significativos que podem interromper a amamentação. Entre eles, podemos citar a dor mamária, fissuras, ingurgitamento, produção insuficiente de leite e falta de apoio social ou familiar. Conforme indicam Magalhães *et al.* (2024) a pressão sociocultural, o retorno precoce ao trabalho e o marketing de fórmulas infantis, entre outros fatores, geralmente dificultam a manutenção do aleitamento materno exclusivo. Nesses momentos, é crucial identificar rapidamente as barreiras e implementar intervenções individualizadas para evitar um desmame precoce.

Portanto, não há dúvida de que a amamentação durante o puerpério é de suma importância para a saúde integral da mulher, pois traz benefícios que vão desde o equilíbrio físico e hormonal até o aprimoramento do bem-estar psicológico e social. É imprescindível que se invista no fortalecimento das redes de apoio, na capacitação contínua dos profissionais de saúde e na elaboração de políticas públicas robustas que garantam as melhores condições para

que o aleitamento materno seja amplamente percebido, se firmando como um pilar no cuidado à mulher e nas ações de promoção da saúde coletiva.

Além dos benefícios físicos observados, no âmbito psicossocial, a amamentação fortalece o vínculo mãe-bebê através de mecanismos neuro-hormonais complexos, mediados pela liberação pulsátil de ocitocina e prolactina em resposta à sucção (Rizzi e Loureiro, 2024). Esses hormônios atuam como neuro moduladores centrais, promovendo sensações de bem-estar, relaxamento e redução da reatividade ao estresse.

Estudos de neuroimagem funcional corroboram que mães que amamentam exibem maior ativação de regiões cerebrais associadas à recompensa, empatia e regulação emocional, facilitando a construção de uma relação segura e saudável (Modak *et al.*, 2023). Ademais, a prática do aleitamento está inversamente associada à prevalência de transtornos mentais comuns no puerpério, particularmente a depressão e a ansiedade, constituindo um fator protetor para a saúde mental materna.

Contudo, a relação entre amamentação e depressão pós-parto é bidirecional e complexa. Evidências indicam que a prevalência de aleitamento exclusivo é significativamente menor entre mulheres com sintomatologia depressiva, sugerindo que dificuldades emocionais podem comprometer a iniciativa e a manutenção da lactação (Silva *et al.*, 2023). Paralelamente, a interrupção precoce ou a não iniciação da amamentação são fatores de risco para o desenvolvimento de depressão pós-parto, criando um ciclo potencialmente vicioso que demanda intervenções integradas de saúde mental e apoio lactacional. Estratégias que fortaleçam a autoeficácia materna e ofereçam suporte emocional contínuo são essenciais para romper esse ciclo e promover experiências lactacionais bem-sucedidas.

A amamentação também apresenta implicações sociais e econômicas relevantes, sendo uma prática acessível que reduz custos com fórmulas infantis e despesas médicas associadas a morbidades evitáveis na díade mãe-bebê (Silva *et al.*, 2023). Políticas públicas estruturantes—como a Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC) e a Rede Amamenta Brasil—buscam criar ambientes facilitadores e apoiar a mulher desde o pré-natal até o puerpério, reforçando o aleitamento como norma cultural e de saúde coletiva. Tais iniciativas contribuem para a sustentabilidade da amamentação exclusiva e prolongada, especialmente em contextos de vulnerabilidade socioeconômica.

Não obstante os reconhecidos benefícios multifacetados da amamentação, a prática lactacional é frequentemente permeada por desafios substantivos que podem comprometer sua duração e êxito. Complicações de ordem física representam uma barreira primária, com alta prevalência de condições como dor mamária, fissuras mamilares, ingurgitamento e mastite, as

quais figuram entre as principais causas determinantes do desmame precoce (Araújo *et al.*, 2023). Estas intercorrências, muitas vezes relacionadas a técnicas inadequadas de posicionamento e pega, geram desconforto significativo e podem minar a autoconfiança da nutriz, criando um ciclo de dor e insucesso que demanda intervenção especializada imediata para ser revertido.

Paralelamente às barreiras físicas, fatores emocionais e psicossociais exercem uma influência crítica e por vezes subestimada na trajetória da amamentação. Estados de ansiedade, sentimento de insegurança quanto à capacidade de nutrir o lactente e uma percepção de falta de apoio social ou conjugal constituem-se como determinantes negativos potentes para a autoeficácia materna (Araújo *et al.*, 2023).

A ausência de uma rede de suporte sólida pode exacerbar a vulnerabilidade emocional inerente ao puerpério, transformando a amamentação, que deveria ser uma experiência vinculativa, numa fonte de estresse e frustração, potencializando o risco de interrupção precoce da lactação.

5.2 O PAPEL DA ENFERMAGEM NO PROCESSO DE ALEITAMENTO MATERNO

O papel da enfermagem na promoção do aleitamento materno é uma das bases para o êxito do aleitamento materno exclusivo (AME) nos seis primeiros meses de vida. Os enfermeiros já atuam de forma preventiva no pré-natal, fornecendo informações educativas que preparam a gestante para os desafios da amamentação, esclarecendo mitos culturais e aumentando a autoconfiança da mãe.

Diante desse cenário complexo de desafios, o papel dos profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, torna-se fundamental para a preservação da lactação. O enfermeiro não é apenas um técnico, mas um profissional que também precisa ter habilidades emocionais e de comunicação para oferecer um cuidado integral. A escuta ativa, a validação dos sentimentos maternos e o fortalecimento da autoconfiança são essenciais para o sucesso da amamentação (Carvalho *et al.*, 2021). A preventiva, que se ancora no acolhimento e na construção de vínculos, é o que fundamenta uma vivência da amamentação mais segura e esclarecida, como mencionam Reis (2025) e Santos *et al.* (2025), ao enfatizar o apoio contínuo e a educação em saúde como fundamentais no cuidado.

Pesquisas recentes corroboram essa ideia. De acordo com Torres *et al.* (2023), as intervenções dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família (ESF) na primeira semana de vida

do recém-nascido são decisivas, uma vez que esse momento é crucial para a adaptação da mãe e do bebê. Aconselhamento apropriado nesse momento diminui as chances de um desmame precoce, favorecendo a autoconfiança e garantindo que o cuidado continue.

Além disso, Galvão e Silva (2024) ressaltam que o apoio empático, a comunicação centrada na pessoa e o respeito pela autonomia materna são essenciais, já que as mulheres preferem uma abordagem que as empodere a um discurso normativo. Os resultados mostram que a enfermagem deve agir também como parceira no processo de amamentação e não apenas como comunicadora de informações, respeitando as necessidades emocionais, culturais e sociais.

Após o parto, a enfermagem se faz ainda mais presente, intervindo desde a correção da pega e do posicionamento do recém-nascido até o manejo de intercorrências frequentes, como o ingurgitamento mamário e as fissuras mamilares. Outrossim, como apontam Torres *et al.* (2023), a enfermagem tem papel vital na puericultura ao prestar orientações permanentes sobre o desenvolvimento da criança e os cuidados à puérpera, o que favorece o estabelecimento do vínculo mãe-bebê.

Conforme ressaltam Galvão e Silva (2024), a visita puerperal é vista pelas mães como um momento de segurança e esclarecimento de dúvidas, o que minimiza ansiedades e previne complicações. A adoção de uma abordagem baseada em evidências e alinhada aos valores da mulher favorece a detecção precoce de dificuldades, a implementação de estratégias de manejo eficazes e o empoderamento materno. Assim, os desafios que antecedem o desmame são convertidos em oportunidades de aprendizado que fortalecem a relação entre mãe e filho, promovendo, por fim, o aleitamento materno exclusivo e de longa duração. Ribeiro *et al.* (2025) afirmam que, quando oferecido juntamente com suporte emocional, o suporte técnico diminui consideravelmente as taxas de desmame precoce, tornando a amamentação uma experiência prazerosa e empoderadora.

Nesse sentido, a Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) possibilita detectar diagnósticos de enfermagem que guiam intervenções individualizadas. Entre os diagnósticos que mais aparecem, podemos citar: Amamentação Ineficaz, devido à pega inadequada e sucção insuficiente; Dor Aguda, resultante de traumas nos mamilos ou ingurgitamento; e Conhecimento Insuficiente, em relação às técnicas e benefícios da AME.

A proposta desses diagnósticos, mediada por planos de cuidado personalizados, permite que se transponham barreiras tanto físicas quanto emocionais. Para superar desafios e fortalecer as mulheres em sua experiência de amamentação, é crucial contar com estratégias baseadas em evidências, como aconselhamento individualizado, educação em saúde desde o pré-natal,

grupos de apoio e acesso a consultores em lactação. Silva *et al.* (2025) mencionam a aplicação de escalas como a LATCH para uma avaliação sistemática da amamentação.

De acordo com Galvão e Silva (2024), é comum que muitas mães relatem angústia e a ausência de apoio após receberem alta do hospital, o que evidencia a necessidade da intervenção da enfermagem no que diz respeito ao acolhimento e à comunicação terapêutica. A atuação da enfermagem, nesses casos, vai da orientação sobre livre demanda e ordenha manual à criação de redes de apoio familiares.

É imprescindível que haja políticas públicas de proteção à maternidade, licenças-parentais adequadas e ambientes de trabalho que favoreçam a amamentação, para que se possam colher todos os frutos da lactação, em prol da equidade e da saúde integral no puerpério. Segundo Ribeiro *et al.* (2025), empoderar a mulher com informação e apoio psicossocial é crucial para que o AME se mantenha.

Por último, a incorporação de tecnologias leves – como a humanização do atendimento e a comunicação eficaz – junto com o uso de recursos educativos inovadores, como grupos de apoio e materiais digitais, ampliam o alcance das intervenções de enfermagem. Elas solidificam a amamentação como uma estratégia de promoção à saúde e reforçam o papel do enfermeiro como um agente de mudança no contexto da saúde materno-infantil.

Como afirmam Santos *et al.* (2025), a atuação competente e acolhedora da enfermagem obstétrica é essencial para que todas as mães e seus bebês possam desfrutar dos diversos benefícios do aleitamento materno, assegurando que o profissional ofereça apoio e empoderamento à mulher para que ela enfrente as dificuldades iniciais e tome uma decisão informada sobre a alimentação de seu filho.

6. CONCLUSÃO

A amamentação no puerpério é uma prática que traz consigo consequências significativas e benéficas para a saúde plena da mulher. Os benefícios físicos são claros, como a aceleração da involução uterina, diminuição do risco de hemorragias pós-parto e proteção contra o câncer de mama e ovário. Também se vêem benefícios psicossociais, como o estreitamento do laço mãe-filho e a diminuição da depressão pós-parto, favorecendo a autoeficácia materna.

Nesse cenário, a enfermagem desempenha um papel crucial, funcionando como um pilar de suporte, educação e cuidados clínicos desde o pré-natal. O enfermeiro dá orientações técnicas sobre como fazer a pega adequada para prevenir problemas como fissura e mastite e

ainda dá o suporte emocional importante para lidar com inseguranças e dificuldades iniciais. Esse apoio especializado é crucial para iniciar e manter o aleitamento materno exclusivo.

No entanto, barreiras como a desinformação, a ausência de apoio social e a pressa em retornar ao trabalho logo se tornam obstáculos importantes. Para superar essas barreiras, é crucial que haja uma ação intersetorial, com políticas públicas consistentes que aumentem a duração da licença-maternidade, assegurem condições adequadas para a amamentação no trabalho e reforcem as redes de apoio às mães que amamentam.

Assim, é indispensável que se continue investindo na formação e capacitação dos profissionais de enfermagem, não apenas em relação às habilidades técnicas, mas também no que diz respeito à comunicação e acolhimento. Os protocolos fundamentados em evidências, que sistematizam a assistência, têm o potencial de padronizar e aprimorar o atendimento à díade mãe-bebê em todas as esferas de atenção.

Por fim, a amamentação bem-sucedida é fruto de um trabalho em equipe. Inclui a mulher no papel principal, a família como sistema de apoio, os profissionais de saúde como apoiadores e o Estado como responsável pela implementação de políticas estruturais. Promover, proteger e apoiar o aleitamento materno é, portanto, um investimento indiscutível em saúde pública para esta e as próximas gerações.

REFERÊNCIAS

- ABUCHAIM, Erika de Sá Vieira *et al.* Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/appe/a/BTSPFhT7Nr4KcZqsnzhnk3r/abstract/?lang=pt>. Acesso em 07 out. 2025;
- AL-CHALABI, M.; BASS, A. N.; ALSALMAN, I. Physiology, Prolactin. *In: StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29939606/>. Acesso em 07 out. 2025;
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5-TR**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2023. Disponível em: https://dislex.co.pt/images/pdfs/DSM_V.pdf. Acesso em 07 out. 2025;
- ARAÚJO, A. M. *et al.* Fatores que influenciam o aleitamento materno na perspectiva da enfermagem. **Id on Line Revista de Psicologia**, v. 19, n. 76, p. 204-219, 2025. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/4194>. Acesso em 07 out. 2025;
- BECKER, Mariane Maiara. **Avaliação da amamentação e dificuldades enfrentadas na primeira semana de vida**. 2022. Trabalho de Conclusão de Residência (Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família) – Universidade Federal da Integração Latino-Americana, Foz do Iguaçu, 2022. Disponível em: <https://dspace.unila.edu.br/server/api/core/bitstreams/d5c5cd16-a30e-45e0-a7fa-27836d72d3e0/content>. Acesso em 07 out. 2025;
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Aleitamento Materno**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf. Acesso em 07 out. 2025;
- CAMPOS, P. M. *et al.* Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 41, e20190154, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rngenf/a/d9ZGSyPWYzSWvDv3r8fPHfp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 07 out. 2025;
- CARVALHO, Layse Mayra Nunes; PASSOS, Sandra Godoi. Os benefícios do aleitamento materno para a saúde da criança: revisão integrativa. **Revista Coleta Científica**, v. 5, n. 9, p. 70-87, 2021. Disponível em: <https://portalcoleta.com.br/index.php/rcc/article/view/57>. Acesso em 07 out. 2025;
- CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA - UNIFAEMA. **Manual de trabalhos acadêmicos**. / Poliane de Azevedo; Isabelle Silva. Ariquemes, RO: Editora Unifaema, 2025. Disponível em: <https://unifaema.edu.br/manual-de-tcc/>. Acesso em: 06 out. 2025.
- DEL RIEGO, J. *et al.* Multimodality approach to the nipple-areolar complex: a pictorial review and diagnostic algorithm. **Insights into Imaging**, v. 11, n. 89, 2020. Disponível em: <https://insightsimaging.springeropen.com/articles/10.1186/s13244-020-00896-1>. Acesso em 07 out. 2025;

ELOI, C. C.; MUNER, L. Depressão Materna No Puerpério. **Revista Cathedral**, v. 6, n. 3, p. 147-165, 29 set. 2024. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/848>. Acesso em 07 out. 2025;

FERREIRA, L. M.; AZEVEDO, J. L.; FARIAS, L. M. S.; TAKETOMI, M. N.; JUNIOR, J. C. M. N.; COELHO, H. R.; GALVÃO, E. F. C. Prevalência de alterações dermatológicas em gestantes do Município de Santarém – Pará. **Cuadernos de Educación y Desarrollo - QUALIS A4**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. e7175, 2025. DOI: 10.55905/cuadv17n1-043. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/7175>. Acesso em: 7 out. 2025.

FLORES-QUIJANO, M. E., PÉREZ-NIEVES, V., SÁMANO, R., & CHICO-BARBA, G. (2024). Gestational Diabetes Mellitus, Breastfeeding, and Progression to Type 2 Diabetes: Why Is It So Hard to Achieve the Protective Benefits of Breastfeeding? A Narrative Review. *Nutrients*, 16(24), 4346. <https://doi.org/10.3390/nu16244346>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39770967/>. Acesso em: 7 out. 2025.

GALVÃO, Dulce Maria Pereira Garcia; SILVA, Ernestina Batoca. O papel do enfermeiro na promoção do aleitamento materno: revisão integrativa. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, v. 7, n. 1, p. 1–12, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.37914/riis.v7i1.354>. Acesso em: 16 out. 2025

GARCÍA-GUTIÉRREZ, M.; ORTIZ-HIDALGO, C. Anatomía microscópica normal de la glándula mamaria, con algunas consideraciones prácticas para el diagnóstico histopatológico. **Patología Revista Latinoamericana**, v. 62, p. 1-21, 2024. Disponível em: <https://www.revistapatologia.com/articulo/anatomia-microscopica-normal-de-la-glandula-mamaria-con-algunas-consideraciones-practicas-para-el-diagnostico-histopatologico>. Acesso em: 7 out. 2025.

GEDDES, D. T. *et al.* 25 Years of Research in Human Lactation: From Discovery to Translation. **Nutrients**, v. 13, n. 9, 3071, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34578947/>. Acesso em: 7 out. 2025.

LUIGI, B. *et al.* The nipple-areolar complex: anatomy, methods and pathologic findings, between senologist and dermatologist. **Journal of Ultrasound**, v. 26, n. 1, p. 239-247, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36085438/>. Acesso em: 7 out. 2025.

MAGALHÃES, A. P; MEDEIRO, T. A; COLA, J. **Vivências Emocionais No Puerpério Imediato**. 2024. Disponível em: <https://repositorio.uvv.br/items/94e37264-0226-4c54-b847-6db94a8fcd3>. Acesso em: 7 out. 2025.

MARIANNA, D.; CAVALCANTI, D. A mulher no puerpério e seus aspectos emocionais: uma visão gestáltica. **Zenodo**, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15149721>. Acesso em: 1 set. 2025.

MODAK, A.; RONGHE, V.; GOMASE, K. P. The Psychological Benefits of Breastfeeding: Fostering Maternal Well-Being and Child Development. **Cureus**, v. 15, n. 10, e46730, 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10631302/>. Acesso em: 7 out. 2025.

PALADINO, Sandra Luft. **Isolamento e caracterização de vesículas extracelulares em gestantes de risco**. 2021. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) – Universidade da Região

de Joinville, Joinville, 2021. Disponível em: https://www.univille.edu.br/account/ppgsma/VirtualDisk.html/downloadDirect/2941617/Dissertacao_Final_Sandra_Luft_Paladino.pdf. Acesso em: 7 out. 2025.

REIS, Roberta de Moura. **O papel do enfermeiro na promoção do aleitamento materno exclusivo: estratégia para apoiar mães e melhorar a saúde infantil**. 2025. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, 2025. Disponível em: https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/TCC-DIGITAL-ENFERMAGEM/DG-_E_15.pdf. Acesso em: 16 out. 2025.

REZENDE, J. *et al.* **Obstetrícia**. 13. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2021. Disponível em: https://shalomtreinamentos.com.br/wp-content/uploads/2023/06/Rezende-Obstetricia-Fundamental-13_a-edicao.pdf. Acesso em: 7 out. 2025.

REZENDE, L. T. O puerpério: uma análise das fases e suas implicações para a saúde da mulher. **Revista de Saúde da Mulher**, v. 5, n. 2, p. 100-110, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsm/a/ZFVx8LwJ6J7m4FwpwZpvzLf/?lang=pt>. Acesso em: 01 out. 2025.

RIBEIRO *et al.*, A Importância Da Assistência De Enfermagem No Aleitamento Materno . **Revista Saúde Dos Vales**, [S. l.], v. 5, n. 1, p. 1–17, 2025. DOI: 10.61164/rsv.v5i1.3790. Disponível em: <https://rsv.ojsbr.com/rsv/article/view/3790>. Acesso em: 16 out. 2025.

RIZZI, M. E. C.; LOUREIRO, R. J. Fatores, recursos e consequências psicossociais na amamentação: uma análise qualitativa das perspectivas das puérperas. **Revista Foco**, v. 17, n. 11, e6409, 2024. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/6409>. Acesso em: 1 set. 2025.

RODRIGUES, Daniela *et al.* **Mamografia**. São Paulo: Editora Senac, 2021.

SANTOS, Gabriela Graziela Izabela Ferreira dos; DONATO, Tais Moraes Faria; RIBEIRO, Wanderson Alves; FELICIO, Felipe de Castro; ALVES, Ana Lúcia Naves. Prática De Enfermagem Obstétrica Na Educação Em Saúde No Aleitamento Materno. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 2, n. 01, p. 105–134, 2025. DOI: 10.51891/rease.v2i01.19985. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/19985>. Acesso em: 16 out. 2025.

SILVA, Bruna Celano da; JANZEN, Danielle Castro. Fatores de risco associados ao atraso da lactogênese II: revisão da literatura. **Enfermagem Brasil**, v. 22, n. 5, 2023. Disponível em: <https://convergenceseditorial.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/5266>. Acesso em: 1 set. 2025.

SILVA, Vitória Cristina *et al.* Amamentação e depressão pós-parto: revisão integrativa. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 5, p. 2330-2353, 2023. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/9799>. Acesso em: 1 set. 2025.

DA SILVA, Daiane; DE CARVALHO SOUSA, Anna Victoria; DE OLIVEIRA, Angreice Caline Silva; *et al.* Atuação do enfermeiro frente ao manejo das dificuldades apresentadas pela mãe e o recém-nascido no processo de aleitamento materno. **Revista Eletrônica Acervo**

Saúde, v. 25, p. e18528, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e18528.2025>. Acesso em: 16 out. 2025.

SOARES, Leticia Gramazio *et al.* Fatores que influenciam na composição do leite materno: revisão integrativa de literatura. **Nutrivisa Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde**, v. 12, n. 1, e15824, 2025. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/nutrivisa/article/view/15824>. Acesso em: 1 set. 2025.

TORRES, J. da S.; DE ARAÚJO, K. C.; ALBUQUERQUE, M. F. G.; DA SILVA, T. E. A. O papel do enfermeiro na promoção do aleitamento materno na estratégia de saúde da família . **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 6, n. 6, p. 31511–31524, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n6-382. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/65588>. Acesso em: 16 oct. 2025.

UVNÄS-MOBERG, K. *et al.* Maternal Plasma Levels of Oxytocin During Breastfeeding-A Systematic Review. **PLoS One**, v. 15, n. 8, e0235806, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7406087/>. Acesso em: 1 set. 2025.

VIEIRA, B. R. C. *et al.* O impacto da amamentação na promoção do bem-estar físico e emocional materno. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 25, n. 5, e19453, 2025. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/19453>. Acesso em: 1 set. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Recommendations on Maternal and Newborn Care for a Positive Postnatal Experience**. Geneva: WHO, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240045989>. Acesso em: 1 set. 2025.

ANEXO A – DECLARAÇÃO DE APROVAÇÃO DE PLÁGIO



DISCENTE: Larisa Baieta Caldas

CURSO: Enfermagem

DATA DE ANÁLISE: 23.10.2025

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **3,09%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet [△](#)

Suspeitas confirmadas: **2,07%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados [△](#)

Texto analisado: **94,13%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.9.6
quinta-feira, 23 de outubro de 2025

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente LARISA BAIETA CALDAS n. de matrícula **47579**, do curso de Enfermagem, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 3,09%. Devendo a aluna realizar as correções necessárias.

Assinado digitalmente por: ISABELLE DA SILVA SOUZA
Razão: Responsável pelo documento
Localização: UNIFAEMA - Ariqueme/RO
O tempo: 23-10-2025 19:22:47

ISABELLE DA SILVA SOUZA
Bibliotecária CRB 11/1148
Biblioteca Central Júlio Bordignon
Centro Universitário Faema – UNIFAEMA