

## Trabalho apresentado no 13º CBCENF

**Título:** AMAMENTAÇÃO: BENEFÍCIOS PROPORCIONADOS À SAÚDE DA MULHER  
**Relatoria:** ANA CRISTINA OLIVEIRA DE FREITAS  
RAFAELA CRISTINA FALCÃO PONTES  
**Autores:** ELOAH DE PAULA PESSOA GURGEL  
IRLENE GURGEL DO AMARAL  
ELIZABETH MARIA DE SOUSA  
**Modalidade:** Pôster  
**Área:** Ensino e pesquisa  
**Tipo:** Pesquisa  
**Resumo:**

**Introdução:** O aleitamento materno é uma estratégia natural que promove um vínculo profundo e afetivo entre mãe e filho, e confere proteção e nutrição para a criança, repercutindo ainda na promoção da saúde da mãe e do seu filho. Além de promover o vínculo afetivo entre mãe e filho, trazendo benefícios psicológicos para ambos, para a mulher, a amamentação traz ainda benefícios físicos. Nesse contexto, a atuação do enfermeiro é fundamental na orientação da gestante, parturiente ou puérpera e nas consultas subseqüentes quanto às vantagens promovidas pelo aleitamento materno na saúde da mãe. **Objetivo:** Identificar os benefícios físicos e mentais causados pela amamentação à saúde da mulher. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, durante o período de maio a junho de 2010. A coleta de dados se deu por meio de artigos científicos nacionais, publicados entre os anos de 2004 a 2010, relacionados ao assunto em questão e pertencentes ao banco de dados Scielo. **Resultados:** De acordo com o estudo, o aleitamento causa redução do estresse e do mau humor, e fornece sensação de bem estar. A amamentação exclusiva e sob livre demanda associada à amenorréia promove 98% de eficácia na proteção anticoncepcional nos 6 primeiros meses do pós-parto. O aleitamento materno ainda está associado à forma física com o retorno do peso pré-gestacional e ao menor sangramento uterino pós-parto, havendo menor risco de anemia materna (TOMA; REA, 2010). Estudos demonstram a associação entre essa prática e a redução da prevalência do câncer de mama para cada 12 meses de aleitamento. Também evidenciam redução do risco de câncer de endométrio e de ovário. Relatos ainda constam que mulheres que amamentam por mais de 8 meses apresentam massa óssea com maior densidade mineral, possuindo menor risco para fraturas ósseas, artrite reumatóide, osteoporose em idade mais avançada e para esclerose múltipla. **Conclusão:** Para que a amamentação seja bem sucedida, não basta que a mulher esteja informada das vantagens dessa prática para a sua saúde. É necessário que ela possa contar com a ajuda de um enfermeiro com conhecimento e habilidade suficiente para orientá-la e lidar de forma adequada com os diversos tipos de situações que possam comprometer o ato de amamentar.