

Índice

ALEITAMENTO MATERNO

Índice de Siglas	5
Índice de Quadros	25
Índice de Gráficos	26
Índice de Figuras	26
Índice de Anexos	27
 NOTA DO AUTOR	 29
 I – PREÂMBULO	 31
 II – INTRODUÇÃO	 39
1. Factores determinantes do sucesso no aleitamento materno	51
1.1 Factores de sucesso anteriores ao parto	55
1.1.1 Decisão de amamentar	55
1.1.2 O papel dos profissionais de saúde	64
1.1.3 Programas de promoção e educação para a saúde	68
1.2 Factores de sucesso depois do parto	69
1.2.1 Contacto precoce mãe-filho	75
1.2.2 A primeira mamada	79
1.2.3 Alojamento conjunto	81
1.3 Factores de sucesso após a alta clínica da díade	83
1.3.1 Visitação domiciliária	83
1.3.2 Apoio social	86
2. Como funciona a amamentação	88
2.1 Anatomia da mama	89
2.1.1 Tipos de mamilo	92
2.2 Psico-fisiologia da lactação	95
2.2.1 Mamogénese	96
2.2.2 Lactogénese	96
2.2.2.1 Mecanismo de produção e ejeção do leite	96
2.2.3 Galáctogése	100
2.3 Amamentação	102
2.3.1 Reflexos do bebé durante a mamada	103
2.3.2 Posicionamento e pega correcta	104
2.3.3 Técnica da amamentação	113
2.3.4 Como avaliar uma mamada	116

2.3.5 Como observar uma mamada.....	121
2.3.6 Cuidados a ter com a mama.....	122
2.3.7 Dificuldades que podem surgir no início da amamentação.....	123
2.3.7.1 Ingurgitamento mamário.....	123
2.3.7.2 Fissuras do mamilo.....	125
2.3.7.3 Bloqueio dos ductos	127
2.3.7.4 Mastite	128
2.3.8 Dificuldades tardias que podem surgir durante a amamentação.....	130
2.3.8.1 “Pouco leite”	130
2.3.8.2 Choro do bebé	131
2.3.8.3 Recusa do bebé em mamar.....	133
III – RAZÕES DO ESTUDO	135
IV – OBJECTIVOS DO ESTUDO	139
V – ESTUDO EXPLORATÓRIO	141
1. Introdução.....	141
2. Participantes e métodos	141
2.1 Tipo de estudo.....	141
2.2 População.....	142
2.2.2 Processo de amostragem e amostra	142
2.3 Instrumento de colheita de dados.....	142
2.4 Análise estatística dos dados	143
3. Resultados	143
3.1 Caracterização demográfica da amostra	143
3.2 Caracterização da gravidez.....	144
3.3 Caracterização do aleitamento materno	144
3.4 Análise da associação de variáveis e a duração do aleitamento....	145
VI – PARTICIPANTES E MÉTODOS	147
1. Aspectos éticos	147
2. Variáveis.....	147
3. Hipóteses	152
4. Tipo de estudo	153
5. Participantes	154
5.1 População.....	154
5.2 Critérios de inclusão e exclusão na amostra	154

5.3 Amostra	155
5.3.1 Plano de amostragem.....	155
5.4 Fases de selecção da amostra.....	157
5.5 Intervenção.....	162
6. Análise estatística.....	165
 VII – RESULTADOS.....	 167
1. Caracterização da amostra.....	167
1.1 Caracterização das mães.....	167
1.2 Caracterização dos recém-nascidos	168
2. Atitudes maternas face à gestação	168
3. Atitudes maternas face à amamentação.....	172
4. Expectativas maternas face ao bebé.....	173
5. Tipo de mamilo	174
6. Primeira mamada	174
6.1 O bebé arrastou-se para a mama e começou a mamar.....	174
6.2 Início da primeira mamada	175
6.3 Dificuldades na pega e duração da primeira mamada	175
7. Situação do aleitamento materno no primeiro ano de vida .	176
8. Causas do desmame	178
8.1 Causas de desmame parcial	178
8.2 Causas de desmame total	179
9. Variáveis associadas à duração do aleitamento materno exclusivo, misto e total no primeiro ano de vida.....	 179
10. Duração do aleitamento materno durante o primeiro ano de vida.....	 183
10.1 Duração do aleitamento materno exclusivo	184
10.2 Duração do aleitamento materno misto	184
10.3 Duração do aleitamento materno total.....	186
 VIII – DISCUSSÃO	 187
1. Actualidade e importância do estudo	187
1.1 Actualidade.....	187
1.2. Importância do estudo	189
2. Limitações e dificuldades metodológicas.....	191
3. Discussão dos resultados	195
3.1 Características da amostra	198
3.1.1 Características socioeconómicas e culturais das mães	198
3.1.2 Características dos recém-nascidos.....	201
3.2 Atitudes maternas face à gestação.....	202

3.3 Atitudes maternas face à amamentação	209
3.4 Expectativas maternas face ao bebé.....	210
3.5 Tipos de mamilo.....	212
3.6 Primeira mamada	214
3.6.1 O bebé arrastou-se para a mama e começou a mamar	214
3.6.2 Contacto precoce mãe-filho.....	215
3.6.3 Número de dificuldades na primeira mamada.....	216
3.7 Causas de desmame	219
3.7.1 Causas de desmame parcial.....	220
3.7.2 Causas de desmame total.....	224
3.8 Situação do aleitamento materno no primeiro ano de vida.....	225
3.9 Sucesso da intervenção	227
3.9.1 Sucesso do aleitamento materno exclusivo.....	229
3.9.2 Sucesso do aleitamento materno misto.....	235
3.9.3 Sucesso do aleitamento materno total	235
IX – CONCLUSÕES	239
X – SUGESTÕES	245
XI – BIBLIOGRAFIA	251
XII – ANEXOS	275