

ORDENHA MANUAL E ARMAZENAMENTO DE LEITE HUMANO EM AMBIENTES DOMÉSTICOS

MILKING MANUAL AND STORAGE OF BREAST MILK IN THE HOME

¹Oliveira, V. C.; ² Francisco, O

^{1e2}Departamento de Ciências Biológicas – Faculdades Integradas de Ourinhos-FIO/FEMM

RESUMO

Amamentar significa mais do que garantir a saúde do bebê em seus primeiros meses de vida. Representa um ato de amor que contribui sensivelmente para que a criança tenha um bom desenvolvimento e se torne um adulto também saudável. Além disso, traz uma série de benefícios para a saúde das mães. O leite materno é tão completo, forte e adequado, que a criança não precisa de outro alimento, nem mesmo da água, até os seis meses de idade. A importância do aleitamento materno no combate a desnutrição e a queda da morbimortalidade infantil se impõem, à medida que suas vantagens se tornam conhecidas como aleitamento ideal para lactentes nos primeiros meses de vida. Na ocorrência de tal atividade o ideal é que o bebê continue sendo alimentado com o leite materno, sem a necessidade de se adicionar leites artificiais ou outros alimentos, desta forma, há alternativa para a mãe que não pode estar presente nos momentos de mamada da criança, é realização da ordenha manual e do armazenamento do leite materno mesmo em ambientes domésticos com higiene necessária para que o leite humano não perca as propriedades e que seja administrado a criança nos momentos de necessidade, desta forma promovendo a alimentação adequada ao lactante.

Palavras-Chave: Ordenha; Amamentação; Nutrição e Leite materno.

ABSTRACT

Breastfeeding means more than ensuring the health of the baby in its first months of life. It represents an act of love that contributes significantly to the child has a good development and become an adult also healthy. It also offers a number of benefits to the health of mothers. Breast milk is so complete, strong and appropriate, the child needs no other food or even water, until six months of age. The importance of breastfeeding in the fight against malnutrition and declining infant mortality are needed, as its benefits become known as the ideal infant feeding in the first months of life. In the event of such activity the idea that the baby is still being fed with breast milk, without the need to add artificial milk or other foods, thus no alternative to the mother who can not be present during feeding of the child is completion of milking and storage of breast milk even in homes with hygiene necessary for the human milk does not lose the properties and to be given to children in time of need, thereby promoting proper nutrition to breastfeeding.

Keywords: milking; Breastfeeding, Nutrition and Breastfeedi.

INTRODUÇÃO

O leite materno é a primeira alimentação humana e fonte dos principais nutrientes para as funções biológicas, sendo considerado o melhor alimento para crianças por conferir proteção imunológica contra doenças infecciosas, importante na adequação nutricional e no desenvolvimento afetivo e psicológico da mãe e da criança.

A importância do aleitamento materno no combate a desnutrição e a queda da morbimortalidade infantil se impõem, à medida que suas vantagens se tornam conhecidas como aleitamento ideal para lactentes nos primeiros meses de vida (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 1993).

Conforme a Organização Pan-Americana de Saúde (2003), o leite materno continua a fornecer até metade ou mais das necessidades infantis durante a segunda metade do primeiro ano e até um terço durante o segundo ano de vida. O leite materno promove o desenvolvimento sensor e cognitivo da criança, além de protegê-la contra doenças crônicas e infecciosas já que o leite humano contém linfócitos e imunoglobinas que ajudam o bebê a combater infecções.

Conforme COSTA e ALVES (2005), existem muitas mães que são limitadas à amamentação devido a situações que as afastem desse vínculo com a criança. Vivemos em um país em que muitas mulheres trabalham ou tem uma rotina de vida totalmente desregulada fazendo assim com que a criança necessite de complemento nutricional, que por vezes são ofertados de forma errada; Diante do exposto fica o interesse em promover informações em que a mãe ou qualquer outra pessoa possa conhecer como ordenhar o leite humano e armazená-lo em ambiente doméstico de forma correta, para que a criança possa ser alimentada com o complemento que vai protegê-la.

O objetivo do trabalho foi avaliar o nível de conhecimento das mães sobre a ordenha manual do leite materno e o armazenamento do mesmo em ambiente doméstico.

MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa realizada é exploratória e descritiva, com revisão de literatura e de abordagem qualitativa, com coleta de dados e tratados em seguida.

A utilização dos dados foi mensurada e quantificada, levando em consideração a qualidade desses dados.

O questionário possui sete (07) perguntas objetivas, que foi aplicado em dez (10) sujeitos, do sexo feminino, mães, que estão em período de lactação, e freqüentadoras do Posto de Saúde Dr. Ângelo Marques de Souza, no Município de Ribeirão Claro – PR.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa mostrou que 100% das entrevistadas, afirmaram reconhecer a importância da amamentação até aos seis meses de vida, como a única fonte de alimento para o bebê. Quando perguntadas se por algum motivo tiveram que realizar o desmame precoce, 70% disseram que sim, o que deixa claro que é alto o índice de bebês que perdem os nutrientes necessários para um desenvolvimento saudável, e 30% afirmaram que não. E quando questionadas se foram orientadas a retirar o leite materno e oferecer ao bebê, 60% disseram que sim, e 40% afirmaram que não foram orientadas a realizar tal procedimento. Sobre a orientação de realizar a ordenha manual do leite materno, 80% disseram que a receberam, e 20% disseram não. Das entrevistadas, 70% disseram que já realizaram a ordenha manual do leite materno, e 30% afirmaram que nunca realizaram.

Do total das entrevistadas 90% afirmaram conhecer as técnicas de higiene durante a ordenha, contra 10% que afirmaram não conhecer. Questionadas sobre as técnicas de armazenamento do leite materno em ambientes domésticos, 60% disseram conhecê-las, contra 40% que afirmaram não conhecer. Percebe-se uma discordância entre as respostas, quando 90% das entrevistadas dizem que conhecem as técnicas de higiene durante a ordenha e 40% das entrevistadas afirmaram não conhecerem as técnicas adequadas de armazenamento do leite materno. Entende-se, portanto que há duas respostas plausíveis para essa diferença, uma delas é que possivelmente há um déficit de informações passadas a estas mães e a outra é que haja dificuldade das mesmas em absorverem as informações.

A amamentação é a melhor maneira de proporcionar o alimento ideal para o crescimento saudável e o desenvolvimento dos recém-nascidos, além de ser parte integral do processo reprodutivo, com importantes implicações para a saúde materna.

A Organização Mundial de Saúde (2003), recomenda para a população em geral, que os bebês recebam exclusivamente leite materno durante os primeiros seis

meses de idade. Depois dos seis meses, com o objetivo de suprir suas necessidades nutricionais, a criança deve começar a receber alimentação complementar segura e nutricionalmente adequada, juntamente com a amamentação, até os dois anos de idade ou mais se for necessário.

A composição do leite humano, especialmente quanto à presença de micronutrientes, é muito variada e pode ser influenciada por diversos fatores como a individualidade genética, a nutrição materna e o período de lactação. Conforme o Ministério da Saúde (2001), os benefícios da amamentação contribuem para a redução da mortalidade infantil, prevenindo mais seis milhões de morte em crianças menores de 12 meses a cada ano, no mundo inteiro.

O leite materno é o alimento ideal que também atende às necessidades físicas e psíquicas do bebê, (RICCI, pg. 256), existem evidências científicas substanciais que registram os benefícios do aleitamento materno para a saúde dos bebês. O leite Humano oferece um perfeito equilíbrio de nutrientes para recém nascidos, (RICCI, apud LANDERS, [2003]).

Para LAWOUNIER, *et al*, (2002), o leite materno contém proteínas, carboidratos, lipídeos, vitaminas, minerais e oligoelementos, e é determinada no sentido de oferecer energia e nutrientes necessários em quantidades apropriadas às crianças desde o nascimento até os seis meses de vida.

Por todas essas vantagens, é indispensável dispor de leite humano em quantidade, suficiente para permitir o atendimento, nos momentos de urgência. (BRASIL, 1993).

Conforme (RICCI, pg. 423), as vantagens da amamentação são:

- Contribui para o desenvolvimento de um sistema imunológico forte.
- Estimula o crescimento de bactérias positivas no trato digestório.
- Reduz a incidência de problemas gástricos, diarreia e cólicas.
- Dá início ao processo de imunização ao nascimento por meio de imunidade passiva.
- Promove a criação de vínculos ideais entre a mãe e o lactante.
- Reduz o risco de constipação intestinal neonatal.
- Promove maior ganho de desenvolvimento em prematuros.
- Proporciona fórmula facilmente tolerada e digerível e que é estéril, em temperatura ambiente e prontamente disponível, sem química artificial.

- É menos provável que resulte em obesidade.
- Promove melhor desenvolvimento de dentes e mandíbula em decorrências da força usada para succionar.
- Confere proteção contra alergias alimentares
- Está associado a evitar diabetes melito do tipo I e cardiopatias.

A ordenha manual do leite humano

Conforme a Agência de Vigilância Sanitária (2008), a ordenha deve ser conduzida com rigor higiênico-sanitário capaz de garantir a manutenção das características imunobiológicas e nutricionais. E esse mesmo processo de higiene e qualidade deve ser aplicado às vasilhas que serão utilizadas no armazenamento do leite humano.

De acordo com o Ministério da Saúde (2008) as etapas que garantem a confiabilidade do leite materno extraído manualmente, são:

1 – Preparo do frasco para guardar o leite:

- Lave um frasco com tampa de plástico (maionese), retirando o rótulo e o papel de dentro da tampa.
- Coloque o frasco e a tampa em uma panela cobrindo-os com água.
- Ferva por 15 minutos, contando o tempo a partir do início da fervura.
- Escorra sobre um pano limpo até secar.
- Feche o frasco sem tocar com a mão na parte interna da tampa.
- O ideal é deixar vários frascos preparados.

2 – Higiene pessoal antes de iniciar a coleta:

- Lave as mãos e os braços até o cotovelo com bastante água e sabão.
- As unhas devem estar curtas e limpas
- Lave as mamas apenas com água.
- Seque as mãos e as mamas com toalha limpa.

3 – Local adequado para retirar o leite:

- Escolha um lugar confortável, limpo e tranquilo.

- Forre uma mesa com pano limpo para colocar o frasco e a tampa.
- Evite conversar durante a retirada do leite.

4 – Realização da ordenha Manual:

- Massageie as mamas com a ponta dos dedos, fazendo movimentos circulares no sentido da parte escura (aréola) para o corpo.
- Coloque o polegar acima da linha onde acaba a aréola.
- Coloque os dedos indicador e médio abaixo da aréola.
- Firme os dedos e empurre para trás em direção ao corpo.
- Aperte o polegar contra os outros dedos até sair o leite.
- Despreze os primeiros jatos ou gotas.
- Em seguida, abra o frasco e coloque a tampa sobre a mesa forrada com um pano limpo, com a abertura para cima.
- Colha o leite no frasco, colocando-o debaixo da aréola.
- Após terminar a coleta, feche bem o frasco.

Após extrair o leite humano deve-se armazená-lo de forma correta para garantir a qualidade do leite materno. Conforme RICCI (pg. 425), a nutriz deve atentar a estas recomendações:

- Usar o leite lacrado e resfriado em 24 h.
- Descartar o leite refrigerado há mais de 72 horas.
- Utilizar o leite extraído congelado até 3 meses após a obtenção.
- Não usar microondas para aquecer o leite resfriado
- Descartar o leite usado, nunca congelá-lo novamente.
- Estocar o leite nos volumes utilizados a cada mamada (60 a 120 ml).
- Aquecer o leite em banho-maria antes de usar.

É necessário ter muito cuidado com a estocagem do leite humano em ambientes domésticos, para que não haja contaminações no processo de ordenha e estocagem, e conforme a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (BRASILIA, 2008), O crescimento de microrganismos em um meio depende de uma série de fatores, entre os quais merecem destaque a presença de barreiras físicas ou químicas, a concentração de nutrientes, a temperatura e a atividade de água.

A estocagem é considerada um conjunto de atividades e requisitos para se obter uma correta conservação do leite humano ordenhado, a uma condição de temperatura e tempo sob a qual o leite é mantido antes do consumo. (BRASIL, 2006).

Segundo Lira (2002), a estocagem sob congelamento não altera significativamente a qualidade da fração lipídica do leite cru ou pasteurizado, o que ratifica a recomendação de congelamento.

De acordo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (BRASILIA, 2008), armazenar o leite separado de outros alimentos. Quando não houver disponibilidade de armazenagem exclusiva, o leite deve ser acondicionado dentro de outro recipiente impermeável (saco ou recipiente plástico).

CONCLUSÃO

Diante do tema proposto, conclui-se através deste estudo que 80% das entrevistadas receberam orientações em realizar a ordenha manual quando for necessário, porém, apenas 70% das entrevistadas realizaram a ordenha, logo, percebe-se que há uma queda de 30% de rejeição ao procedimento. E 90% das entrevistadas conhecem as técnicas de higiene adequadas durante a ordenha, 60% delas não conhecem a maneira correta de armazenamento, diante desde numero é necessário que as equipe responsáveis pelo treinamento e orientação as gestantes, passem as informações necessárias o mais claro possível, já que se percebe um déficit nas informações passadas a elas, e/ou erros na interpretação das mesmas, desta forma é necessário realizar alterações na maneira em que essas orientações são ofertadas a elas.

E conforme literatura, o leite materno é, indiscutivelmente, a melhor e mais adequada fonte de nutrientes, fator de proteção e fortalecimento emocional para a lactante. Especialmente quando oferecido como alimento exclusivo até os seis meses de idade, desempenha papel fundamental nas condições ideais de saúde da criança e da lactante, com repercussões favoráveis para toda a vida. Mas se não houver um manuseio correto deste procedimento desde a ordenha, armazenamento e a oferta, a criança não recebera leite materno com suas propriedades nutricionais, e sim correra o risco de ingerir um alimento contaminado.

BIBLIOGRAFIA

- Amamentação.** Representação Sanitária Pan-Americana. Escritório Regional da organização Mundial da Saúde. Atualizado em junho de 2003. Está no site <http://www.opas.org.br/publicmo.cfm?codigo=43>, acessado dia 29 de março de 2009 as 10h00min.
- BRASIL. 1993. Ministério da Saúde. **Recomendações técnicas para o funcionamento de Bancos de Leite Humano.** Brasília. 60p.
- BRASIL. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária.** Resolução RDC nº 171, de 4 de setembro de 2006. **Dispõe sobre o Regulamento Técnico para o Funcionamento de Bancos de Leite Humano.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 5 set.2006.
- BRASILIA, 2008. Banco de leite humano: **Funcionamento, prevenção e controle de riscos.** 1ª. Ed. pg. 94, 105-6. Agência Nacional de Vigilância Sanitária.
- COSTA C. G. A .- Médico - Pesquisador Associado do NIB/UNICAMP. ALVES A. K. L. Nutricionista - Pesquisadora Associada do NIB/UNICAMP, (2005), em www.revistanutriweb.com.br, acessado dia 24 de julho de 2009, as 22:35 hrs.
- GUYTON e HALL, **Gravidez, Amamentação e Fisiologia fetal e Neonatal**, pg. 603. Fisiologia Humana e Mecanismos das Doenças, 6ª. Ed. Guanabara Koogan S. A. Rio de Janeiro.
- LAWOUNIER, Joel A.; VIEIRA, Graciete de Oliveira; GOUVEA, Lelia Cardamone. **Composição do leite materno.** In: REGO, José Dias (Org.). **Aleitamento materno.** São Paulo: Atheneu, 2002. pg. 47-58.
- Lei n. 11.265 de 3 de janeiro de 2006**, no site http://www.legislação.planalto.gov.br/legisla/legislação.nsf/viw_identificação/lei11.265.2006?opendocument. Acessado dia 25 de março de 2009 às 11h45min.
- LIRA, B. F. **Qualidade da fração lipídica do leite humano ordenhado e processado.** Dissertação (Mestrado em Nutrição) – Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2002.
- Ministério da saúde.** Pra você é leite, pra criança é vida. Folder Dia Nacional do aleitamento materno. Métodos de ordenha e armazenamento do leite humano. Brasília 2008.
- RICCI, Susan Scott., **Enfermagem materno-meonatal e saúde da mulher;** pág. 256,421,423,425. Tradução Maria de Fátima Azevedo. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.
- _____. apud LANDERS S. (2003). Maximizing the benefits of human milk feedinf. *Pediatric Annals*, 32(5), 298-305.
- MATUHARA, Angela Midori, e NAGANUMA, Masuco. **Manual instrucional para aleitamento materno de recém-nascidos pré-termo.** Instructional manual for breastfeeding of preterm. Un manual de instrucciones sobre la lactación de recién-nacidos pré-términos. *Pediatrics*, pg. 84. São Paulo, 2006.

ANEXOS

Questionário:

1. Sabe sobre a importância da amamentação até aos 6 meses de vida, como única fonte de alimento para o bebé ? Sim () Não ()
2. Já teve que realizar o desmame precoce por algum motivo? Sim () Não ().
3. Já foi orientada a retirar o leite materno e oferecer ao bebé, quando não pode oferecer o seio? Sim () Não ().
4. Já foi orientada sobre a ordenha manual do leite materno? Sim () Não ().
5. Já realizou a ordenha manual para extração de leite materno? Sim () Não ().
6. Conhece as técnicas de higiene para manter o leite materno com suas propriedades nutricionais? Sim () Não ().
7. Conhece as técnicas de armazenamento do leite materno em casa? Sim () Não ().