

### *Nota Introdutória*

Daniela Filipa Soares Dores, a frequentar o 4º ano de Licenciatura em Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa, encontra-se a elaborar um Trabalho Científico, que se intitula “ O conhecimento e a promoção do Aleitamento Materno pelos alunos de Enfermagem”. Tem como objectivos avaliar o conhecimento dos alunos sobre a amamentação e a importância atribuída pelos alunos sobre a promoção desta prática. Para a elaboração do referido trabalho solicita a sua colaboração no preenchimento do questionário que se segue.

É anónimo e garante-se confidencialidade dos dados.

**NOTA:**

O questionário é constituído por 3 grupos de questões de resposta aberta.

O tempo gasto, em média, no preenchimento do questionário é de 10 minutos.

Antecipadamente agradece a sua colaboração.

A Aluna

---

(Daniela Dores)

## QUESTIONÁRIO

### GRUPO I – Caracterização da Amostra

Idade: \_\_\_\_\_ anos.

Género: Masculino  Feminino

Estado Civil : \_\_\_\_\_

Número de filhos : \_\_\_\_\_

### GRUPO II – Conhecimento sobre Aleitamento Materno

**1. Nas seguintes questões, por favor assinale com uma cruz na resposta que considera correcta.**

1.1 O que entende sobre Aleitamento Materno exclusivo?

- a) Dar ao bebé leite materno, directamente da mama da sua mãe.
- b) Dar ao bebé leite materno directamente da mama da sua mãe sem nenhum outro líquido ou sólido, inclusive água.
- c) Dar ao bebé leite materno directamente da mama da sua mãe, podendo reforçar a ingestão de líquidos com água.

1.2 O que entende por aleitamento predominante?

- a) Dar ao bebé leite materno e associar água ou outros líquidos.
- b) Dar ao bebé leite materno e apenas complementar com outro leite artificial recomendados à idade e necessidades do bebé.
- c) Dar ao bebé leite materno directamente da mama e complementar com leite de vaca.

1.3 Qual a idade recomendada para amamentar exclusivamente?

- a) Dos 0 aos 12 meses de idade
- b) Dos 0 aos 4 meses de idade
- c) Dos 0 aos 6 meses de idade

1.4 O leite materno durante a amamentação divide-se em tipos de leite. Quais?

- a) Colostro e leite maduro
- b) Colostro, leite de transição, leite maduro e leite de crescimento
- c) Colostro, leite de transição e leite maduro
- d) Colostro, leite de transição e leite de crescimento

1.5 Qual dos tipos de leite é rico em sais minerais, vitaminas e proteínas, incluindo as imunoglobulinas?

- a) Colostro
- b) Leite de crescimento
- c) Leite de transição
- d) Leite maduro

1.6 Quem beneficia com o Aleitamento Materno?

- a) Só a mãe
- b) Só o bebé
- c) A família e a sociedade
- d) O meio ambiente
- e) Todos

1.7 Alimentar com leite materno é o método mais barato e seguro?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não sei

1.8 O Aleitamento Materno tem contra-indicações?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não sei

1.9 Acha que os enfermeiros têm um papel fundamental no sucesso da amamentação?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não sei

**2. Nas seguintes afirmações, por favor assinale com uma cruz no V, caso seja de opinião Verdadeira e coma cruz no F, caso seja de opinião Falsa.**

Afirmação	V	F
O leite materno protege contra doenças respiratórias, otite média e infecções urinárias.		
A suplementação do leite materno com água e chás é prejudicial para a criança com menos de 6 meses de idade.		
O colostro apresenta um componente obstipante que dificulta a eliminação intestinal do recém-nascido nos primeiros dias de vida.		
Os antipsicóticos e os antidepressivos estão totalmente contra-indicados nas mães que amamentam.		
O aleitamento materno diminui as necessidades de insulina por parte da mulher insulino-dependente.		
Filhos de mães diabéticas não devem ser alimentados por leite materno.		
O álcool está totalmente contra-indicado no período de amamentação.		
O leite materno diminui a prevalência de vômitos e cólicas nos bebês.		
É aconselhável que a mãe após a mamada utilize algumas gotas de leite na região aréolo-mamilar.		
O acto de amamentar facilita na mulher a recuperação mais rápida do seu peso.		
A cafeína não passa para o bebé através do leite materno.		
Mães com varicela podem amamentar a partir do 3º dia de vida do bebé.		
A mãe deve amamentar sempre na mesma posição para que o bebé esvazie todas as partes da mama.		
O colesterol encontra-se em abundância no leite materno, principalmente no início da lactação.		
Bebês alimentados ao peito correm risco de ganhar peso excessivo.		
A amamentação evita malformações com a dentição e promove uma melhor dicção na criança posteriormente.		
O colostro facilita a eliminação da bilirrubina nos primeiros dias de vida.		
A prolactina é segregada quando o bebé mama e ajuda na contracção dos músculos do útero, o que leva a uma involução uterina mais rápida.		
A amamentação promove o vínculo entre a mãe e o filho.		

### GRUPO III – Importância do Aleitamento Materno e a sua promoção

Imagine-se numa consulta de Enfermagem a uma mulher grávida com um tempo de gestação de 27 semanas. Indique de 1 a 4 sendo que 1 é “Nada Importante” e 4 é “Muito Importante”, a sua opinião sobre o que deve ser abordado nesta consulta acerca da amamentação.

	1	2	3	4
Redução de custos				
Demonstrar à mãe que os seus sentimentos são compreendidos				
Evitar o uso de creme e pomadas				
Não usar palavras que soam como julgamentos				
Pouco leite				
Principais doenças que se previnem com o leite materno				
Redução de vômitos e cólicas com o leite materno				
Redução da probabilidade de morte súbita				
Redução do risco de peso excessivo				
Menor risco de contaminação, visto que o leite não sofre manipulação nem qualquer transformação				
Visita domiciliária após o parto				
Aceleração da recuperação no pós-parto				
Menor necessidade de insulina por parte da mulher insulino-dependente				
Menor probabilidade de cancro da mama, ovários, e endométrio e fracturas ósseas por osteoporose				
Peso recuperado mais rapidamente				
Amamentação como método anticoncepcional				
Redução das idas ao médico, visto que o bebé está mais protegido				
Demonstrar empatia				
Poupa energia ao planeta				
Substâncias nocivas como a cafeína. Álcool e nicotina				
Riscos de transmissão do HIV				

Dificuldades na amamentação, tal como a mastite, ingurgitamento mamário e ductos bloqueados				
Horário livre da amamentação				
Cuidados com as mamas				
Duração das mamadas				
Usar comunicação não verbal mostrando-se interessado				
Posição da mãe e do bebé				
Alimentação da mãe				
Utilizar linguagem simples				

Obrigado pela sua colaboração!