



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



Conscientização e inclusão na amamentação: a experiência do podcast PET-saúde equidade durante o agosto dourado

**Márcio Vinícius Coelho¹; Guilherme Oliveira Tavares¹; Fernanda Vieira de
Santana Bento Perez¹; Rodolfo Guimarães Silva¹**

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.

fernandabentoperez@hotmail.com (contato principal)

0009-0000-7957-0046

0009-0002-8961-6719

0009-0004-0910-3695

0000-0002-2933-339X

Resumo: O PET-Saúde Equidade (Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde) é uma iniciativa do governo federal que nesta edição traz como foco as políticas de equidade. O PET atual visa promover a prática interprofissional de estudantes da área da saúde e ciências humanas, através de projetos com foco na trabalhadora e futura trabalhadora do Sistema Único de Saúde (SUS). O grupo maternagem, durante o “Agosto Dourado”, desenvolveu um podcast com a participação de alunos e professores, trazendo a promoção da amamentação no cenário contemporâneo, entendendo a pessoa que amamenta em suas múltiplas condicionalidades: seus direitos pouco conhecidos, suas escolhas para manter a saúde mental em período complexo. Objetivou-se, com esse podcast, conscientizar as pessoas que amamentam a respeito de seus direitos e leis que as protegem; destacar a importância da atividade física para a saúde física e emocional da lactante; bem como criar um senso coletivo de consciência a respeito da amamentação em sociedade. Para tanto, realizou-se uma revisão bibliográfica que propiciou uma abordagem sólida e informada do tema, destacando a importância da promoção e do suporte à amamentação no contexto das políticas públicas de saúde.

Palavras-chave: Maternagem. Amamentação. Políticas de equidade. Agosto Dourado.



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



INTRODUÇÃO

O Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde Equidade) é uma iniciativa estratégica do governo federal, que visa fortalecer a articulação entre ensino, pesquisa e serviços de saúde. A atual edição do programa coloca ênfase nas políticas de equidade, buscando a redução das desigualdades no acesso e na qualidade dos serviços prestados pelo Sistema Único de Saúde (SUS). O PET-Saúde propõe-se a incentivar a prática interprofissional entre estudantes de diversas áreas, especialmente saúde e ciências humanas, com foco na formação de profissionais capacitados a lidar com a complexidade dos contextos sociais, culturais e econômicos em que estão inseridos os usuários do SUS (Souza et al., 2022).

No âmbito dessa formação, o programa promove a execução de projetos que envolvem tanto o desenvolvimento técnico quanto o fortalecimento de competências relacionais e humanas. Um dos destaques do PET-Saúde Equidade foi o desenvolvimento de um podcast sobre amamentação, conduzido pelo grupo tutorial de maternagem durante o Agosto Dourado, mês dedicado à conscientização sobre a importância do aleitamento materno. A produção do podcast envolveu a colaboração ativa de estudantes e professores, discutindo não apenas os benefícios fisiológicos da amamentação, mas também as diversas dificuldades enfrentadas pelas lactantes, como a falta de informação sobre os direitos que as amparam, o impacto do aleitamento na saúde mental, e a importância da prática de atividades físicas para o bem-estar físico e mental das mulheres nesse período (Brinco et al., 2022).

A criação deste podcast reflete o compromisso do PET-Saúde Equidade em utilizar ferramentas de comunicação inovadoras e acessíveis, como as mídias digitais, para disseminar informações relevantes e apoiar o processo de educação em saúde. Além disso, a iniciativa destaca o papel fundamental da educação popular e da interprofissionalidade na promoção de políticas públicas de saúde mais inclusivas e sensíveis às demandas das populações vulneráveis. Ao abordar questões como os direitos das lactantes e a relação entre



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



amamentação e saúde mental, o podcast estimula a reflexão sobre a necessidade de um suporte institucional mais robusto, que reconheça e valorize a diversidade de experiências vividas por quem amamenta (Lima et al., 2020).

Em suma, o presente relato de experiência pretende não apenas compartilhar as ações desenvolvidas pelo grupo tutorial de maternagem no contexto do PET-Saúde Equidade, mas também sublinhar a importância de iniciativas como o podcast na promoção da conscientização sobre a amamentação. Essa ação fortalece o debate em torno das políticas públicas de apoio às lactantes e promove o empoderamento de quem amamenta, reafirmando a importância de práticas de cuidado que considerem as dimensões sociais, psicológicas e culturais da amamentação.

METODOLOGIA

A intenção principal do podcast foi conscientizar as pessoas que amamentam sobre seus direitos e as legislações que as protegem. Adicionalmente, buscou-se criar um senso de consciência coletiva em relação à amamentação dentro da sociedade, promovendo um diálogo inclusivo e informativo.

A produção do podcast fundamentou-se em uma abordagem de revisão bibliográfica, com o intuito de assegurar que as informações apresentadas fossem rigorosamente embasadas. A pesquisa concentrou-se nas bases de dados PubMed e SciELO, onde foram buscados artigos científicos relacionados aos direitos das pessoas que amamentam, aos benefícios da amamentação para a saúde física e mental, e à importância da atividade física nesse contexto.

Além disso, a discussão sobre a amamentação por pessoas trans foi incorporada, desmistificando a noção de que apenas mulheres cisgênero podem amamentar. Evidências médicas demonstram que o leite materno produzido por mulheres trans é saudável e nutritivo. O processo de lactação em mulheres trans pode ser induzido por meio do uso de bloqueadores androgênicos e do aumento das doses de estradiol e progesterona, além de medicamentos que estimulam a



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



prolactina. O uso de bombas tira-leite antes do nascimento do bebê é recomendado para induzir a produção de leite e elevar os níveis de prolactina, hormônio essencial para o desenvolvimento mamário e a lactação (Vidal, 2022).

Após a seleção dos artigos, foi realizada uma análise crítica do conteúdo, a fim de integrar as informações de maneira acessível ao público, mantendo o rigor acadêmico. Os dados coletados foram discutidos em reuniões com professores orientadores e demais participantes do grupo, contribuindo para a estruturação do podcast de forma clara e informativa.

RESULTADO E DISCUSSÃO

A produção do podcast configurou-se como uma experiência enriquecedora, permitindo a aplicação prática dos conhecimentos teóricos adquiridos no âmbito do PET-Saúde Equidade. Ao promover a conscientização sobre a amamentação, o podcast serviu como um importante veículo de informação, abordando temas que muitas vezes são negligenciados no debate público. A discussão sobre os direitos das lactantes foi um dos pilares do podcast.

É comum que as pessoas que amamentam não conheçam plenamente seus direitos, o que pode levar à sensação de impotência em situações que demandam apoio, como a amamentação em locais públicos ou a licença-maternidade. O esclarecimento sobre legislações como a Lei nº 8.080/90, que assegura o direito de amamentar em estabelecimentos de saúde, foi fundamental. Discutiu-se também sobre o aspecto de gênero. Fato é que, no ordenamento jurídico brasileiro, há a possibilidade de um casal homoafetivo requisitar direitos que inicialmente parecem privativos às mulheres, como a licença maternidade. A função de mãe e de pai é mais compreendida, juridicamente falando, pela função social do que pela questão biológica. Portanto, conforme decisões do Supremo Tribunal Federal, supondo que um casal de duas mulheres venha a requerer seus benefícios previdenciários após terem uma criança, uma delas terá a licença-maternidade, de 120 dias. A outra, embora mulher, optará pela licença paternidade de 5 dias conforme previsão



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



legal. Essa informação não apenas empodera os lactantes, mas também sensibiliza a sociedade sobre a importância de garantir esses direitos.

Outro aspecto relevante discutido no podcast foi a relação entre saúde mental e amamentação. É sabido que o período pós-parto pode ser desafiador para muitas amamentantes, e a saúde mental frequentemente é deixada em segundo plano. O podcast abordou a necessidade de suporte emocional e psicológico, destacando que a amamentação não é apenas um ato físico, mas envolve uma série de fatores emocionais e sociais. Discutir essas questões ajuda a desmistificar a ideia de que a amamentação deve ser uma experiência exclusivamente positiva. Reconhecer e validar os desafios pode ser um passo crucial para que as amamentantes busquem o apoio necessário (Aliane, 2008; Guerra, 2014).

A inclusão da temática sobre a amamentação por pessoas trans também foi um ponto de destaque. Muitas vezes, a amamentação é vista como uma experiência exclusiva das mulheres cisgênero, e isso contribui para a exclusão de pessoas trans do debate. O podcast não apenas desmistificou essa noção, mas também trouxe à tona a diversidade de experiências de lactação. Essa abordagem inclusiva é vital para promover uma compreensão mais ampla da maternidade e da amamentação, reconhecendo que essas experiências são válidas independentemente da identidade de gênero (Galvão, 2024).

A discussão sobre a atividade física durante a amamentação também mereceu atenção. O podcast abordou a importância de manter um estilo de vida saudável, que inclua a prática de exercícios físicos. A atividade física pode ser benéfica para a saúde física e mental das lactantes, ajudando a prevenir a depressão pós-parto e a ansiedade. Esse ponto é especialmente relevante em uma sociedade onde as mães muitas vezes se sentem culpadas por dedicar tempo a si mesmas, em vez de estarem completamente dedicadas aos cuidados com o bebê. Enfatizar a necessidade de autocuidado e a prática de atividades que promovam o bem-estar pode contribuir para uma mudança de perspectiva em relação à maternidade (Oliveira, 2018; Lima, 2005).



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



Além disso, a realização do podcast proporcionou o desenvolvimento de habilidades de comunicação e trabalho em equipe. A experiência prática mostrou que a colaboração entre diferentes áreas de conhecimento enriquece o processo de produção. A troca de experiências entre alunos e professores resultou em um conteúdo mais robusto e informativo. O trabalho em equipe não apenas fortaleceu as relações interpessoais, mas também destacou a importância da construção coletiva do conhecimento.

Por fim, a produção do podcast ressaltou como a disseminação de informações corretas e baseadas em evidências pode impactar positivamente a saúde da população. A educação em saúde é uma ferramenta poderosa para promover mudanças sociais e melhorar a equidade no acesso aos cuidados. Ao informar e sensibilizar a sociedade sobre questões relacionadas à amamentação, o podcast contribuiu para a construção de um ambiente mais acolhedor e inclusivo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência da produção do podcast no âmbito do PET-Saúde Equidade evidenciou a relevância da conscientização sobre a amamentação e a necessidade de inclusão de todas as vozes no debate acerca desse tema. A valorização dos direitos das pessoas que amamentam, aliada à promoção de uma visão inclusiva da amamentação, contribui para a construção de um cenário mais equitativo em saúde. Os resultados obtidos reforçam a importância de se proporcionar um suporte adequado às lactantes e de fomentar o diálogo sobre a diversidade de experiências relacionadas à amamentação. O projeto não apenas contribuiu para a formação de profissionais mais conscientes e preparados, mas também para a disseminação de conhecimentos que podem impactar positivamente a saúde coletiva e promover a equidade nos cuidados de saúde. A experiência, portanto, representa um passo significativo na formação de profissionais comprometidos com a saúde e os direitos de todos os indivíduos.



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



REFERÊNCIAS

ALIANE, Poliana Patrício et al. Avaliação de saúde mental em gestantes. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 1, n. 2, p. 113-122, 2008.

BRASIL. Consolidação das Leis do Trabalho: aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Emendas Constitucionais de Revisão. Brasília: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Supremo Tribunal Federal. Tema de Repercussão Geral 1072. Disponível em:
<https://portal.stf.jus.br/jurisprudenciaRepercussao/verAndamentoProcesso.asp?incidente=5701548&numeroProcesso=1211446&classeProcesso=RE&numeroTema=1072>. Acesso em: 24/09/2024.

BRINCO, Rachel e FRANÇA, Tania e MAGNAGO, Carinne. **PET-Saúde/Interprofessionalism and the development of curricular changes and collaborative practices**. Saúde em Debate, v. 46, n. spe6, p. 55–69, 2022.

GALVÃO, Danielle Laet Silva et al. Desafios para o suporte à amamentação em homens transgêneros sob à luz da interseccionalidade. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 29, n. 4, p. e19262023, 2024.

GUERRA, Maria João et al. Promoção da saúde mental na gravidez e no pós-parto. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 1, p. 117-124, 2014.

Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília: DF, 1990.

LIMA, Fernanda R.; OLIVEIRA, Natália. Gravidez e exercício. **Revista brasileira de reumatologia**, v. 45, p. 188-190, 2005.

LIMA, Witória Lúcia dos Santos e colab. **Percepções sobre a importância da educação interprofissional na formação dos profissionais de saúde: relato de experiência de um grupo do PET-Saúde/Interprofissionalidade**. Revista de Saúde Coletiva da UEFS, v. 10, n. 1, p. 82–89, 24 Dez 2020.

OLIVEIRA, Ana Rafaela Batista de. **O exercício físico como atenuante dos sintomas depressivos em gestantes**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso.

VIDAL, Luiza. **Mulheres trans podem amamentar bebê; veja como funciona o tratamento**. 2022. Disponível em:
<<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2022/07/13/mulheres-trans->



Congresso Médico Acadêmico UniFOA 2025

Capacitação de Futuros Médicos para o Cuidado
Crítico em Emergências e Terapia Intensiva



[podem-amamentar-bebe-veja-como-funciona-tratamento.htm](#)>. Acesso em:
24/09/2024.