



**PBPC**  
ISSN 2674-9432



**Qualis A3**  
CAPES 2021-2024



DOI - Crossref

Latindex

Indexado no  
Google Acadêmico

## **Desafios da Amamentação e Implicações Psicológicas no Período Puerperal: uma revisão integrativa**

*Ismael da Silva Costa, Valdenir Conceição de Oliveira, Jadson Vinicius Nascimento Oliveira, Mayconn Douglas Alves dos Santos, Jerônimo Abreu Costa Junior, Diana Mota Souza, Ana Caroline Silva de Sousa, Felipe Barbosa de Sousa Costa, Manuely Cris Monteiro Veras, Raquel dos Santos Lima*



<https://doi.org/10.36557/2674-9432.2026v5n2p310-331>

Artigo recebido em 6 de Fevereiro e publicado em 6 de Abril de 2026

### **REVISÃO INTEGRATIVA**

#### **RESUMO**

A saúde mental é um estado de bem-estar essencial à produtividade e enfrentamento de desafios. No período gravídico-puerperal, dificuldades na amamentação podem intensificar sintomas depressivos, afetando o vínculo mãe-bebê e aumentando o risco de desmame precoce. Mães que não amamentam exclusivamente tendem a maior vulnerabilidade emocional. Isso reforça a importância de suporte adequado à saúde mental para o sucesso do aleitamento. A presente revisão teve como objetivo analisar as evidências científicas disponíveis na literatura sobre a relação entre amamentação e saúde mental materna, com foco no impacto psicológico da dificuldade em amamentar. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, onde formulou-se a seguinte pergunta norteadora: “Quais os impactos psicológicos vivenciados por mães lactantes que enfrentam dificuldades durante o processo de amamentação?”. Consultou-se as bases de dados PubMed da National Library of Medicine; BVS (Biblioteca Virtual da Saúde) e SciELO (Scientific Electronic Library Online). Utilizou-se estudos disponíveis em sua totalidade, publicados nos anos de 2020 até 2025, nos idiomas português, espanhol e inglês. Dez (n=10) estudos foram incluídos nesta revisão. Os estudos apontaram que dificuldades como dor intensa, pega inadequada, mastite, uso de fórmula e gravidez não planejada são vivenciadas como experiências traumáticas. Esses fatores, somados à falta de apoio, causam impactos psicológicos significativos, como estresse, ansiedade, depressão, culpa e baixa autoestima na puérpera. Conclui-se que a assistência à puérpera deve abranger cuidados físicos, emocionais e sociais. A enfermagem tem papel essencial no apoio à saúde mental materna, oferecendo suporte preventivo e humanizado durante a amamentação.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Aleitamento materno; Impacto emocional; Dificuldades na amamentação; mães lactantes.

## **ABSTRACT**

Mental health is a state of well-being essential for productivity and coping with daily challenges. During the pregnancy-puerperal period, breastfeeding difficulties can intensify depressive symptoms, affect the mother-baby bond, and increase the risk of early weaning. Mothers who do not exclusively breastfeed tend to be more emotionally vulnerable. This reinforces the importance of adequate mental health support to ensure successful breastfeeding. This review aimed to analyze the scientific evidence available in the literature on the relationship between breastfeeding and maternal mental health, focusing on the psychological impact of breastfeeding difficulties. This is an integrative literature review, where the following guiding question was formulated: “What are the psychological impacts experienced by breastfeeding mothers who face difficulties during the breastfeeding process?” Databases consulted included PubMed (National Library of Medicine), BVS (Virtual Health Library), and SciELO (Scientific Electronic Library Online). Studies fully available, published between 2020 and 2025, and in Portuguese, Spanish, and English were included. Ten (n=10) studies were selected for this review. The studies indicated that challenges such as severe pain, poor latch, mastitis, formula use, and unplanned pregnancy are experienced as traumatic. Combined with lack of support, these factors cause significant psychological impacts, such as stress, anxiety, depression, guilt, and low self-esteem in postpartum women. In conclusion, care for the puerperal woman should include physical, emotional, and social aspects. Nursing professionals play a key role in supporting maternal mental health by providing preventive and compassionate care during breastfeeding.

**Keywords:** Mental health; Breastfeeding; Emotional impact; Breastfeeding difficulties; Lactating mothers.

**Instituição afiliada** – Enfermeiro pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão

**Autor correspondente:** *Ismael da Silva Costa*

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



## **1 INTRODUÇÃO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) define a saúde mental como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de ser produtivo, contribuir para a comunidade, reconhecer suas próprias habilidades e lidar com os desafios diários. No período gravídico-puerperal, a saúde mental materna pode ser significativamente impactada, especialmente no processo de amamentação. O aleitamento materno refere-se à oferta do leite materno, seja diretamente do seio ou por extração, independentemente da introdução de outros alimentos. Já a amamentação vai além da nutrição, envolvendo o ato de oferecer o peito ao bebê e fortalecendo o vínculo entre mãe e filho (Prentice, 2022).

O ciclo gravídico-puerperal é um período de intensas transformações, no qual as mulheres precisam se adaptar a mudanças biopsicossociais e equilibrar as exigências da maternidade com os papéis familiares, conjugais e profissionais. É natural que sintam ansiedade, insegurança e medo, mas, em alguns casos, esses sentimentos se manifestam de forma tão intensa e angustiante que levam ao adoecimento psíquico. Assim, a gestação não atua como um fator de proteção à saúde mental materna; pelo contrário, pode aumentar sua vulnerabilidade ao sofrimento psicológico (Abuchaim et al., 2022).

A autoeficácia na amamentação reflete a confiança e as crenças da mãe sobre seu desempenho, sendo um fator crucial para o início e a duração da lactação. Mães que se sentem mais confiantes tendem a prolongar o período de amamentação, fazendo da autoeficácia uma importante condição para o aleitamento materno exclusivo (AME). Essa confiança não depende apenas das habilidades maternas, mas também da saúde mental e do apoio social recebido pela mãe (Mercan e Selcuk, 2021).

Os sintomas depressivos perinatais são um fator relevante nos desafios da amamentação, afetando a relação mãe-bebê e aumentando a dificuldade materna nesse processo. O estresse gestacional eleva o risco de depressão e ansiedade, influenciando negativamente a amamentação. Dificuldades no início do aleitamento podem agravar essa relação, resultando em maior taxa de desmame precoce. Além disso, mães que não amamentam exclusivamente apresentam maior vulnerabilidade a problemas de saúde mental, reforçando a necessidade de suporte adequado para a

promoção do bem-estar materno e do sucesso na amamentação (Silva et al., 2023).

Para tal, este estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas disponíveis na literatura sobre a relação entre amamentação e saúde mental materna, com foco no impacto psicológico da dificuldade em amamentar. Mais especificamente identificar os fatores que impactam a amamentação, reconhecer os principais desafios emocionais causados pela dificuldade de amamentar e como eles afetam a saúde mental materna. A pesquisa também visa identificar formas de apoio, o papel da enfermagem e estratégias preventivas para promover o bem-estar emocional materno e incentivar o aleitamento, favorecendo uma experiência mais saudável para mãe e bebê.

## **2 METODOLOGIA**

Esta pesquisa trata-se de uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo central é investigar e reunir dados por meio da aplicação de técnicas científicas em fontes acadêmicas relevantes. Tal abordagem permite uma análise crítica dos referenciais teóricos existentes em um campo específico de conhecimento (Marconi & Lakatos, 2007). A escolha por essa metodologia se deu por sua capacidade de sintetizar e examinar o conhecimento científico já produzido sobre o tema “Desafios da amamentação e implicações psicológicas no período puerperal: uma revisão integrativa”.

Para construção deste estudo, utilizou-se a estratégia PICO, a qual representa um acrônimo para População (P), Interesse (I), Contexto (Co). Desse modo, pode-se representar da seguinte forma, P: Mães lactantes, I: Impactos psicológicos, Co: Dificuldades na amamentação. Assim, para direcionar a pesquisa, adotou-se como pergunta norteadora: “Quais os impactos psicológicos vivenciados por mães lactantes que enfrentam dificuldades durante o processo de amamentação?”.

Para identificar evidências relevantes, utilizaram-se descritores específicos extraídos dos vocabulários controlados DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e MeSH (Medical Subject Headings). A seleção incluiu termos em português, inglês e espanhol. A busca foi conduzida com base nesses vocabulários padronizados, garantindo precisão na localização dos estudos.

Consultou-se por meio das bases de dados PubMed da National Library of Medicine; BVS (Biblioteca Virtual da Saúde), coordenada pela BIREME e LILACS, além da base de dados MEDLINE; e SciELO (Scientific Electronic Library Online), através dos seguintes Descritores: “Saúde mental”; “Aleitamento materno”; “impacto emocional”, “dificuldades na amamentação”, “mães lactantes”. Estes descritores-chave, foram combinados utilizando os operadores booleanos "AND" e "OR" para desenvolver estratégias de busca, como demonstrado no Quadro 1.

Quadro 1 . Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados BVS, PUBMED e SciELO.

Base de dados	Estratégia de busca	Resultados	Filtrados	Selecionados
<b>BVS (Descritores Decs)</b>	(breastfeeding) AND (mental health) OR (postpartum) AND (depression) OR (postpartum anxiety) AND (emotional impact) AND (health impact) AND instance:"regional" (Amamentação) AND (Saúde Mental) AND (Impacto Emocional)	115	38	<b>2</b>
<b>PUBMED (Descriptors MeSH)</b>	(Mental health) AND (Breastfeeding) AND (emotional impact) AND (breastfeeding mothers) (Mental health) AND (Breastfeeding) AND (difficulties in breastfeeding)	131	51	<b>7</b>
<b>SciELO (descritores Decs)</b>	Aleitamento Materno AND Saúde Mental	17	9	<b>1</b>

Fonte: autoria própria, 2025

Os artigos selecionados obedeceram aos seguintes critérios de inclusão: textos completos disponíveis em português, inglês ou espanhol, publicados entre janeiro de 2020 e abril de 2025; estudos que abordaram os impactos psicológicos associados à dificuldade na amamentação; pesquisas que incluíram puérperas ou lactantes com dificuldades durante o processo de amamentação; e estudos que apresentaram dados qualitativos ou quantitativos relacionados à saúde mental, como sintomas de depressão, ansiedade ou estresse.

Foram excluídos artigos duplicados nas bases de dados, bem como relatos de casos, revisões de literatura, editoriais, artigos de opinião, dissertações, teses e estudos que não abordavam diretamente a relação entre dificuldades na amamentação e os impactos psicológicos. Também foram excluídos trabalhos que focavam apenas em aspectos fisiológicos da lactação, sem considerar os desdobramentos emocionais e mentais.

### **3 RESULTADOS**

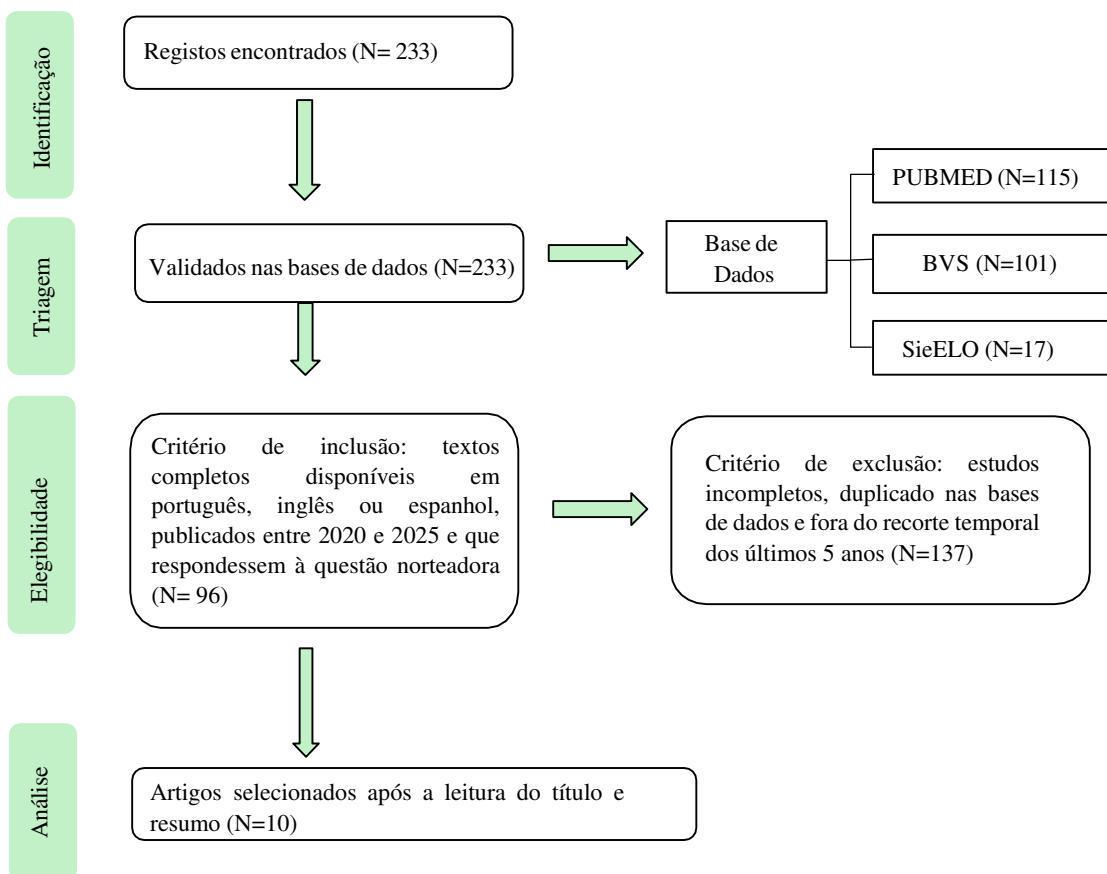
A análise de conteúdo desta revisão integrativa foi fundamentada no método de Bardin (2011), que se organiza em três etapas principais: a pré-análise, onde ocorre a organização inicial do material; a exploração do conteúdo, com a codificação e categorização dos dados; e, por fim, o tratamento dos resultados, que envolve a interpretação e a inferência das informações obtidas.

Na BVS, foram inicialmente identificados 115 estudos por meio da busca ampla. Após aplicar os filtros referentes ao idioma (português, inglês e espanhol), disponibilidade de texto completo e período de publicação nos últimos cinco anos, restaram 38 artigos. Em seguida, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos, resultando na seleção de 2 estudos que atenderam aos objetivos e à questão da pesquisa.

Na base de dados PubMed, a busca inicial resultou em 131 estudos. Após a aplicação de filtros para artigos com texto completo, publicados nos últimos cinco anos, nos idiomas inglês, português e espanhol, restaram 51 estudos. A partir da leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 7 artigos considerados relevantes para esta pesquisa. Na base SciELO, foram encontrados inicialmente 17 estudos. Com os filtros aplicados, o número foi reduzido para 9. Após a análise dos títulos e resumos, 1 estudo foi considerado pertinente ao tema investigado.

Os estudos foram analisados quanto à sua relevância e pertinência à pergunta de pesquisa, levando em conta o tipo de estudo, os objetivos propostos, a população investigada, os métodos utilizados, os resultados obtidos e as conclusões apresentadas. Após avaliação, foram selecionados dez (10) artigos que se mostraram adequados ao tema e foram incluídos na análise detalhada desta revisão.

**Figura 2** - Fluxograma do processo de seleção dos estudos para a revisão integrativa-



Fonte: autoria própria, 2025.

Nesta revisão integrativa foram incluídos 10 estudos, sendo 7 (70%) provenientes da base de dados PubMed, 2 (20%) da BVS (MEDLINE) e 1 (10%) da SciELO. Em relação ao idioma, 9 estudos (90%) foram publicados em inglês e apenas 1 (10%) em português. Quanto à origem dos estudos, 30% foram realizados em países europeus (Alemanha, Reino Unido e Grécia), 30% no Oriente Médio (Chipre, Irã e Arábia Saudita), 20% em países asiáticos (Bangladesh, Malásia), 10% na América do Norte (Estados Unidos) e 10% na América do Sul (Brasil)

Sobre o ano de publicação, 50% dos estudos foram publicados em 2021, 20% em 2023, 20% em 2025 e 10% em 2024, evidenciando que a maioria dos artigos é recente. Em relação ao tipo de estudo, observou-se que 50% dos trabalhos utilizaram desenho transversal, 30% adotaram abordagem qualitativa, 10% realizaram estudo longitudinal retrospectivo e 10% utilizaram coorte prospectivo.

O Quadro 1 apresenta a distribuição dos artigos selecionados para o estudo, todos pertinentes ao tema da pesquisa e significativos para a discussão e alcance dos objetivos. São descritos o autor, ano, base de dados, título, objetivos, delineamento da pesquisa, país e idioma, abrangendo publicações entre 2020 e 2025.

**Quadro 1:** Publicações incluídas segundo o Identificação, autor/ano/ base, delineamento da pesquisa e país. (N=10)

Autor/ Ano/ Base	Título	Objetivos	Delineamento de Pesquisa (NE)	País	Idioma
Nayebinia et al., 2024. PUBMED	Factors affecting breastfeeding self-efficacy among mothers with preterm infants	Avaliar os fatores que afetam a autoeficácia na amamentação entre mães de bebês prematuros	Estudo transversal	Irã	Inglês
Spannhake, et al., 2021 PUBMED	“It Is a Very Emotional Topic for Me”—Managing Breastfeeding Problems among German Mothers: A Qualitative Approach	Explorar como as mulheres com dificuldades na amamentação percebem sua situação e como a gerenciam ativamente	Estudo Qualitativo	Alemanha	Inglês
Roth et al., 2021 PUBMED	Breastfeeding Difficulties Predict Mothers' Bonding with Their Infants from Birth to Age Six Months	Examinar a associação entre dificuldades de amamentação e trajetórias de vínculo nos primeiros 6 meses pós-parto.	Estudo Qualitativo	Estados Unidos	Inglês
Kalli et al., 2025 PUBMED	Mothers' Body Appreciation and Postpartum Self-Esteem in Relation to Body Changes and Breastfeeding Difficulties: A Cross-Sectional Survey in Cyprus	Explorar como o ganho de peso na gravidez, a aceitação das mudanças corporais e as dificuldades com a amamentação impactam a autoestima e a percepção do corpo das mulheres no período pós-parto.	Estudo transversal	Chipre	Inglês

Rowles et al., 2025 PUBMED	Investigating the impact of breastfeeding difficulties on maternal mental health	Investigar como as dificuldades na amamentação afetam a saúde mental materna, com base em um modelo de mudança de comportamento, para orientar possíveis intervenções.	Estudo transversal	Reino Unido	Inglês
-------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------	-------------	--------

(Continua...)

**Quadro 1:** Publicações incluídas segundo o Identificação, autor/ano/ base, delineamento da pesquisa e país. (N=10)

Autor/ Ano/ Base	Título	Objetivos	Delineamento de Pesquisa (NE)	País	Idioma
Dagla et al., 2021 BVS (MEDLINE)	The Association of Breastfeeding Difficulties at the 6th week Postpartum with Maternal Psychological Well-being and Other Perinatal Factors: a Greek Retrospective Longitudinal Study	Investigar se dificuldades na amamentação na 6ª semana pós-parto estão associadas ao bem-estar psicológico materno, transtornos mentais perinatais ou outros fatores perinatais.	Estudo Longitudinal Retrospectivo	Grécia	Inglês
Islam et al., 2021 BVS (MEDLINE)	Early exclusive breastfeeding cessation and postpartum depression: Assessing the mediating and moderating role of maternal stress and social support	Explorar o risco de depressão pós-parto (DPP) em mães que interrompem a amamentação exclusiva antes dos 6 meses, e o papel do estresse materno e do apoio social como mediadores ou moderadores dessa relação.	Estudo Transversal	Bangladesh	Inglês
Abuchaim et al., 2023 SciELO	Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação	Analisar a relação entre os sintomas de ansiedade materna com a autoeficácia para a amamentação e a duração do aleitamento materno exclusivo.	Coorte Prospectivo	Brasil	Português
Yahya et al., 2021 PUBMED	Association between Breastfeeding Attitudes and Postpartum Depression among Mothers with Premature Infants during COVID-19 Pandemic	Avaliar a relação entre atitudes maternas sobre a amamentação e a depressão pós- parto em mães de prematuros na UTIN durante a pandemia de COVID-19.	Estudo transversal	Malásia	Inglês

Baeisa et al., 2023 PUBMED	Breastfeeding Self-efficacy is Inversely Associated with Postpartum Depression: Findings from a Tertiary Hospital in Saudi Arabia	Determinar a correlação entre autoeficácia na amamentação e depressão pós-parto em uma coorte da Arábia Saudita.	Estudo transversal	Arábia Saudita	Inglês
-------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------	----------------	--------

Fonte: Autoria própria, 2025

(Conclusão)

**Quadro 2:** Caracterização dos estudos conforme o autor, o perfil amostral dos participantes, a idade média das mães e os principais resultados identificados em cada pesquisa. (N=10).

AUTOR	PERFIL AMOSTRAL (Participantes)	IDADE MÉDIA	PRINCIPAIS RESULTADOS
Nayebinia et al., 2024.	360 mães	≤20 anos e ≥40 anos	Os resultados indicaram que o apoio social (15,6%), a depressão (12,2%), a ansiedade (11%) e o estresse (12,2%) contribuíram de forma independente para a autoeficácia na amamentação, explicando juntos 25% de sua variância. Níveis mais altos de apoio social ( $\beta = 0,283$ ), níveis mais baixos de problemas de saúde mental ( $\beta = -0,340$ ), menor experiência negativa com a amamentação ( $\beta = -0,253$ ) e maior idade gestacional ao nascimento ( $\beta = 0,106$ ) mostraram-se significativamente associados a maiores níveis de autoeficácia na amamentação.
Spannhake, et al., 2021	15 mães	Em média 32,6 anos	Problemas na amamentação afetam o bem-estar materno, causando sofrimento psicológico, dificuldades no vínculo e sentimentos de fracasso. Todas as participantes enfrentaram dificuldades, atribuídas principalmente ao bebê. O apoio social ajudou, mas a falta de compreensão agravou a situação. Treze mães relataram estresse e três desenvolveram depressão pós-parto, com sintomas de tristeza e desamparo.
Roth et al., 2021	121 mães	Entre 23-45 anos	A dificuldade na amamentação ( $\beta=-.20$ , IC 95% [-.34, -.06]) e o mês pós-parto ( $\beta=.13$ , IC 95% [.07, .20]) afetaram negativamente o vínculo materno. Mulheres com dificuldades de amamentação apresentaram um vínculo mais fraco (d de Cohen = -0,44, IC 95% [-0,81, -0,06]). Sintomas depressivos elevados nos primeiros seis meses também diminuíram o vínculo, mas melhorias na depressão foram associadas a um vínculo mais forte.
Abuchaim et al., 2023	83 mães	Idade média foi de 30 anos	Dificuldade em amamentar associou-se à maior ansiedade (3,76) e menor autoeficácia (128,58), sem variação significativa ao longo do tempo. Ansiedade foi relacionada a aborto, depressão prévia, conflitos familiares/conjugais e baixa autoeficácia. A interrupção da amamentação exclusiva não teve relação estatística com ansiedade.

Kalli <i>et al.</i> , 2025	100 puérperas	Idade média de 30,92 anos	Dificuldades na amamentação foram associadas à menor autoestima e apreciação corporal materna, enquanto o apoio hospitalar e do marido à amamentação mostrou relação positiva com esses aspectos. Dois dias após o parto, dificuldades na amamentação e maior ganho de peso gestacional previram menor autoestima ( $\beta = -0,284$ ; $\beta = -0,236$ ). Mães com baixa aceitação das mudanças corporais também apresentaram menor autoestima ( $p = 0,027$ ) e apreciação corporal ( $p < 0,001$ ). O apoio do marido ( $r = 0,235$ ) e da equipe de saúde ( $r = 0,314$ ) elevou ambos os indicadores.
----------------------------	---------------	---------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(Continua...)

**Quadro 2:** Caracterização dos estudos conforme o autor, o perfil amostral dos participantes, a idade média das mães e os principais resultados identificados em cada pesquisa. (N=10).

AUTOR	PERFIL AMOSTRAL (Participantes)	IDADE MÉDIA	PRINCIPAIS RESULTADOS
Rowles <i>et al.</i> , 2025	2010 mães	Idade média de 34,59 anos	As participantes relataram forte motivação para amamentar, associando o ato ao melhor para o bebê e à identidade materna. Dificuldades como pega inadequada (64,4%), dor (mastite, mamilos rachados) e falha na amamentação geraram frustração, culpa e sofrimento emocional. Esses desafios impactaram a saúde mental materna, contribuindo para sintomas de ansiedade, tristeza, baixa autoestima e sensação de inadequação. Aspectos físicos, psicológicos e sociais influenciaram negativamente a capacidade de amamentar, comprometendo o bem-estar emocional e a percepção de competência materna.
Dagla <i>et al.</i> , 2021	622 mães	Idade média foi de 32,58 anos	Mulheres com dificuldades na amamentação na 6ª semana pós-parto apresentaram maior vulnerabilidade emocional, associada a gravidez não planejada, insatisfação com o parto, uso de fórmula, cólica no bebê, mastite, fadiga e sono ruim. A alimentação no 1º mês foi o principal fator (12,7%). Os achados reforçam a ligação entre amamentação e saúde mental materna, apontando a importância de apoio precoce.
Islam <i>et al.</i> , 2021	426 mães	Idade média de 31,6	Mães que não amamentavam exclusivamente e enfrentavam dificuldades na amamentação tiveram 7,58 vezes mais chances de desenvolver Depressão pós-parto (IC 95% [3,94, 14,59]) em comparação às que praticavam amamentação exclusiva. O estresse materno e o apoio social atuaram como mediadores e moderadores dessa relação: a interrupção precoce da amamentação exclusiva, combinada a alto estresse e baixo apoio social, aumentou significativamente o risco de depressão pós-parto.
Yahya <i>et al.</i> , 2021	248 mães	Idade média de 31,41 anos	Entre as mães, 64,9% tinham atitude positiva em relação à amamentação (IIFAS: $66,30 \pm 6,92$ ). Cerca de 27% das mães de prematuros apresentaram alto risco de depressão, e essas tiveram menor chance de atitude positiva sobre amamentar (OR 0,37; IC 95%: 0,199–0,675; $p < 0,01$ ). Houve associação entre risco de depressão e dificuldade na amamentação.

Baeisa <i>et al.</i> , 2023	257 mães	Idade média de 31,6 anos	A prevalência de depressão pós-parto foi de 25,3% e esteve associada à dificuldade para amamentar, falta de apoio do marido e da família (ambos $p < 0,001$ ), histórico de violência ( $p < 0,001$ ), depressão na família ( $p = 0,045$ ), complicações gestacionais e gestações múltiplas (ambas $p = 0,004$ ). A média no BSES-SF foi 47,4; mulheres com maior autoeficácia na amamentação tiveram menores taxas de depressão ( $p = 0,003$ ).
-----------------------------	----------	--------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fonte: A autoria própria, 2025

(Conclusão)

## 4 DISCUSSÃO

Os tópicos a seguir serão discutidos com base nos artigos selecionados, segundo critérios definidos de inclusão e exclusão. A análise será dividida em dois eixos: fatores que dificultam a amamentação e desafios emocionais causados pelas dificuldades em amamentar e seus impactos na saúde mental materna.

### 4.1 FATORES QUE DIFICULTAM A AMAMENTAÇÃO

No artigo de Nayebinia *et al.* (2024), foram identificados diversos fatores que interferem negativamente na amamentação de mães com recém-nascidos prematuros, comprometendo a continuidade do aleitamento e o bem-estar emocional materno. Entre os principais estão o baixo apoio social, e a inexperience prévia com a amamentação, que geram insegurança. Além disso, fatores sociodemográficos como baixa escolaridade do cônjuge, renda reduzida e idade materna jovem foram associados à menor autoeficácia na amamentação.

Além disso, as cesarianas estão frequentemente associadas a dificuldades no processo de amamentação, incluindo um maior risco de interrupção precoce do aleitamento. Da mesma forma, mães de bebês prematuros enfrentam maiores obstáculos para iniciar e manter a amamentação quando comparadas às mães de bebês nascidos a termo (Ng; Szücs; Goh, 2024).

Corroborando tais achados, os estudos de Werneck *et al.* (2024) apontam que a falta de experiência prévia com a amamentação é um fator preditivo para a interrupção do aleitamento materno exclusivo, enquanto experiências anteriores positivas facilitam o processo com filhos subsequentes. A experiência anterior torna as mães mais conscientes sobre como aspectos físicos, clínicos e emocionais podem interferir na amamentação. Além disso, a rede de apoio familiar exerce papel fundamental ao

oferecer suporte afetivo, ajuda com cuidados domésticos e atenção ao recém-nascido, contribuindo para o bem-estar materno durante o puerpério.

Presume-se que mães mais jovens, vivenciem gravidezes não planejadas e, por vezes, indesejadas. Frequentemente, essas mulheres enfrentam a ausência de apoio paterno ou familiar e estão em uma fase de intensas transformações psicológicas e sociais. Esse cenário é agravado quando se associa à baixa escolaridade, pois pode refletir condições socioeconômicas desfavoráveis, falta de informação adequada sobre a amamentação e a influência de mitos culturalmente enraizados (Codignole *et al.*, 2021).

Nessa conjuntura, os estudos de Spannhake *et al.* (2021) também apontam fatores que dificultam a amamentação e afetam diretamente a saúde emocional das mães. Entre os principais estão a dificuldade de sucção do bebê, a recusa em mamar, o uso precoce da mamadeira, dores intensas durante a amamentação e casos de mastite, que contribuem para sentimento de frustração, insegurança e sofrimento psicológico.

O pouco conhecimento das puérperas sobre a técnica correta de amamentação leva a traumas mamilares, dor e receio de amamentar, interferindo no reflexo de ejeção do leite e favorecendo o desmame precoce. O uso de chupetas e mamadeiras, influenciado por fatores culturais e psicológicos, pode causar confusão de sucção, dificultar a pega e reduzir as mamadas. O trauma mamilar e a mastite são destacados como causas comuns da descontinuidade do aleitamento no início do puerpério. (Pinheiro; Nascimento; Vetorazo, 2021).

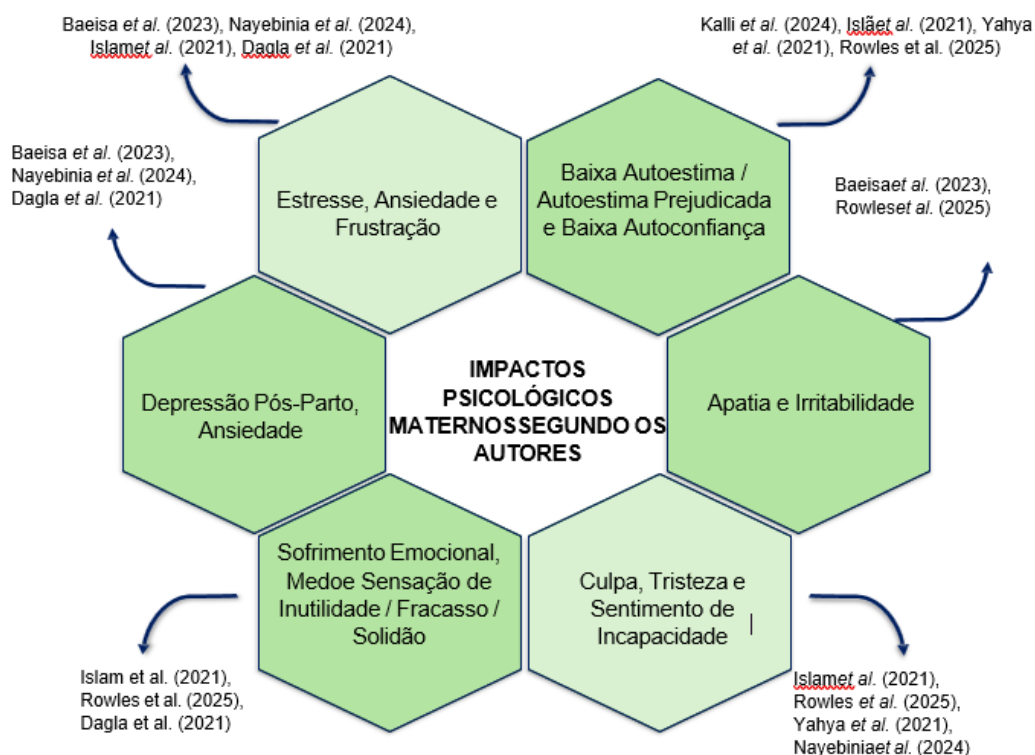
Roth *et al.* (2021) destacam que, além dos fatores de risco já conhecidos, a produção insuficiente de leite é um dos principais obstáculos à amamentação, causando frustração tanto na mãe quanto no bebê e tornando o processo mais estressante, o que dificulta o estabelecimento do vínculo afetivo. O estudo também aponta a pressão social sobre a amamentação como dever materno, que recai fortemente sobre as mulheres, especialmente quando enfrentam dificuldades. Isso gera sentimento de culpa, fracasso e baixa autoestima, agravando o impacto emocional e prejudicando ainda mais a conexão com o bebê.

De forma a complementar a esse achado, Abuchaim *et al.* (2023) destacam que problemas emocionais e psicológicos estão diretamente ligados às dificuldades para amamentar. O estudo mostrou que mulheres com histórico de aborto ou depressão

apresentam maior tendência à ansiedade no pós-parto, o que compromete sua autoconfiança para amamentar. Essas vivências anteriores geram insegurança sobre seu papel como mãe, tornando o processo de amamentação mais difícil. Além disso, a falta de apoio emocional e prático intensifica sentimentos de solidão e sobrecarga, reduzindo ainda mais a motivação para enfrentar os desafios desse momento.

Na Figura 3 abaixo, evidencia os principais impactos encontrados no período da amamentação, sendo os psicológicos os mais enfrentados pelas mulheres que amamentam. Esses fatores comprometem o bem-estar materno e a qualidade do vínculo entre mãe e bebê.

**Figura 3.** Principais impactos psicológicos relacionados à dificuldade na amamentação.



Fonte: Autoria própria, 2025.

#### 4. 2 DESAFIOS EMOCIONAIS CAUSADOS PELAS DIFICULDADE EM AMAMENTAR E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL MATERNA

Mães que enfrentam dificuldades para amamentar relatam sentimentos profundos de inadequação, fracasso e exclusão social, o que as torna mais vulneráveis ao desenvolvimento de problemas psicológicos. Além disso, mulheres com condições de saúde pré-existentes tendem a manter o aleitamento por um período mais curto em comparação àquelas que estão em boas condições de saúde (Scime *et al.*, 2023).

Segundo Dagla *et al.* (2021), as dificuldades em amamentar afetam diretamente a saúde mental materna nas primeiras semanas pós-parto. Fatores como dor intensa, gravidez não planejada, insatisfação com o parto, uso de fórmula, mastite e pega inadequada foram vivenciados como experiências traumáticas. Esses desafios geraram medo, frustração e sofrimento, sendo que algumas mães descreveram a amamentação como “torturante”. Mulheres com histórico de depressão ou ansiedade apresentaram mais dificuldades e agravamento dos sintomas. O estudo destaca um ciclo negativo entre os obstáculos do aleitamento e o comprometimento da saúde emocional da mãe.

É notório que a dor materna não é apenas esquecida pelas instituições, mas invisibilizada por uma construção simbólica que idealiza a maternidade. A figura da mãe perfeita, sempre sorridente, mesmo exausta, prevalece. Assim, mães que sofrem são vistas como fracas ou desequilibradas, e não como pessoas que necessitam de acolhimento. Quando essa dor é negada, transforma-se em sofrimento solitário, levando muitas mulheres a se sentirem culpadas, inadequadas e isoladas (Santos *et al.*, 2025).

O estudo de Nayebinia *et al.* (2024) identificou que mães de bebês prematuros enfrentam desafios emocionais significativos devido às dificuldades na amamentação, como estresse, ansiedade e depressão. Esses fatores estão ligados à baixa autoeficácia, gerando insegurança e sensação de incapacidade, o que prejudica a confiança para amamentar. Mães com menor apoio social apresentam maior risco de sofrimento emocional, destacando a importância do suporte familiar e profissional. O parto prematuro e a internação prolongada do bebê agravam esse quadro, criando um ciclo que compromete a saúde mental e a continuidade da amamentação.

De forma semelhante, a pesquisa realizada por Islam *et al.* (2021) destaca que a interrupção precoce da amamentação exclusiva está ligada ao aumento da depressão pós-parto, principalmente quando acompanhada de altos níveis de estresse materno. Mães que não conseguem amamentar como desejado relatam sentimento de frustração, culpa, tristeza e baixa autoestima, o que compromete sua saúde mental e o vínculo com o bebê. A pressão social pelo “dever de amamentar” agrava essa carga emocional, fazendo com que muitas mulheres se sintam fracassadas, solitárias e inúteis, especialmente quando não contam com apoio adequado durante o puerpério.

Ainda à luz dos resultados, Yahya *et al.* (2021) destacam que mães com risco de depressão tendem a ter atitudes negativas em relação ao aleitamento, prejudicando sua autoestima e a percepção de competência. A saúde psicossocial precária contribui para a interrupção precoce da amamentação. Emoções como ansiedade, frustração e sentimento de incapacidade são frequentes nesse contexto. Ainda assim, a maioria das mães reconhece que o aleitamento fortalece o vínculo com o bebê, revelando a complexidade emocional envolvida nesse processo.

Sintomas como culpa, ansiedade e angústia, comuns no cotidiano materno, se intensificam em casos de depressão, especialmente diante de dificuldades na amamentação. Esses desafios emocionais afetam a autoestima, autoconfiança e o desempenho materno. A dificuldade em amamentar pode levar ao desmame precoce, agravando o sofrimento psíquico. Mulheres com depressão pós-parto ou ansiedade tendem a apresentar baixa autoeficácia, sentindo-se incapazes de amamentar. O medo e a insegurança contribuem para a interrupção do aleitamento e impactam negativamente a saúde mental da mãe (Danaga *et al.*, 2024).

Em consonância, o estudo de Rowles *et al.* (2025), com mais de 2.010 mães, revelaram que, apesar da motivação para amamentar, muitas enfrentaram dificuldades que afetaram profundamente sua saúde mental. Tais barreiras foram percebidas como falhas pessoais, comprometendo a autoestima e a autoconfiança materna. A ausência de preparo para os desafios do aleitamento gerou angústia, frustração e sofrimento emocional. O medo do julgamento, especialmente ao amamentar em público, intensificou a ansiedade e contribuiu para o desmame precoce.

No que diz respeito à autoestima e à autoconfiança materna, Kalli *et al.* (2024)

observaram que as dificuldades na amamentação estão negativamente associadas à autoestima e à valorização do corpo da mãe, podendo influenciar esses aspectos já nos primeiros dias após o parto. Em contraste, o apoio prestado por profissionais de saúde no ambiente hospitalar contribui para uma percepção corporal mais positiva. Além disso, a disponibilização de informações claras sobre o início e a continuidade da amamentação demonstrou impactar diretamente a forma como as mulheres lidam psicologicamente a gestação.

Frente a isso, Baeisa *et al.* (2023) reafirma em seu estudo que as dificuldades na amamentação geram impactos emocionais relevantes, como estresse, ansiedade e frustração, especialmente em mulheres com baixa autoeficácia e pouco apoio familiar. Históricos de violência aumentam a vulnerabilidade psíquica nesse período. Esses fatores estão ligados ao risco de depressão pós-parto, que pode incluir sintomas como apatia, irritabilidade e ideação suicida. Gestações múltiplas, complicações no parto e antecedentes familiares de depressão agravam o quadro. Fortalecer a autoconfiança materna e oferecer suporte adequado é fundamental para proteger a saúde mental da puérpera.

## **5 CONCLUSÃO**

A partir dos achados desta revisão, evidencia-se que as dificuldades no processo de amamentação estão diretamente associadas a múltiplos fatores de natureza biológica, psicológica e social, que impactam significativamente a saúde mental materna e a continuidade do aleitamento. Aspectos como inexperiência, baixa autoeficácia, condições socioeconômicas desfavoráveis, parto cesáreo, prematuridade e ausência de rede de apoio configuram-se como importantes barreiras para o estabelecimento e manutenção da amamentação.

Observa-se, ainda, que os desafios físicos, como dor, mastite, dificuldade de sucção e produção insuficiente de leite, aliados à falta de orientação adequada, contribuem para o desmame precoce e intensificam sentimentos de frustração, culpa, ansiedade e incapacidade. Esses fatores, quando associados à pressão social e à idealização da maternidade, potencializam o sofrimento psíquico das puérperas, podendo desencadear ou agravar quadros de ansiedade e depressão pós-parto.



Dessa forma, torna-se imprescindível o fortalecimento de estratégias de cuidado integral à mulher no período gravídico-puerperal, com ênfase na educação em saúde, no apoio emocional e na atuação qualificada dos profissionais de enfermagem. A promoção de uma rede de apoio efetiva e o acolhimento das demandas maternas são fundamentais para favorecer a autoconfiança, reduzir os impactos psicológicos e contribuir para o sucesso do aleitamento materno, promovendo benefícios tanto para a mãe quanto para o bebê.

## 6 REFERÊNCIAS

ABUCHAIM, Erika de Sá Vieira et al. Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2023ao02301>. Acesso em: 3 maio 2025.

BAEISA, RazanaSaleh et al. Breastfeeding self-efficacy is inversely associated with postpartum depression: Findings from a tertiary hospital in Saudi Arabia. **Saudi Journal of Medicine and Medical Sciences**, v. 11, n. 4, p. 292, 2023. Disponível em: [https://doi.org/10.4103/sjmms.sjmms\\_601\\_22](https://doi.org/10.4103/sjmms.sjmms_601_22). Acesso em: 3 maio 2025.

BARDIN, Laurence. (2011). Análise de conteúdo. São Paulo: Edição 70.

CODIGNOLE, Isabela Fonseca et al. Fatores que levam ao desmame precoce durante a amamentação. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e22101623085, 5 dez. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i16.23085>. Acesso em: 2 maio 2025.

DAGLA, Maria et al. The Association of Breastfeeding Difficulties at the 6th week Postpartum with Maternal Psychological Well-being and Other Perinatal Factors: a Greek Retrospective Longitudinal Study. **Materia Socio Medica**, v. 33, n. 2, p. 109, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5455/msm.2021.33.109-113>. Acesso em: 3 maio 2025.

DANAGA, Carlos Alexandre Herzig et al. Fatores que influenciam na autoeficácia materna para a amamentação: revisão bibliográfica. **Revista Interdisciplinar de Saúde e Educação**, v. 5, n. 2, p. 256-281, 12 dez. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.56344/2675-4827.v5n2a2024.14>. Acesso em: 3 maio 2025.

ISLAM, Md Jahirul et al. Early exclusive breastfeeding cessation and postpartum depression: Assessing the mediating and moderating role of maternal stress and social support. **Journal.pone**. 17 mai. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251419>. Acesso em: 25 mar. 2025.

KALLI, Anastasia et al. Mothers' Body Appreciation and Postpartum Self-Esteem in Relation to Body Changes and Breastfeeding Difficulties: A Cross-Sectional Survey in

Cyprus. **Nursing Reports**, v. 15, n. 3, p. 76, 24 fev. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nursrep15030076>. Acesso em: 3 maio 2025.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Mariana de Andrade. Fundamentos de metodologia científica. 6. ed. 5. reimp. São Paulo: Atlas, 2007.

MERCAN, Yeliz; SELCUK, KevserTari. Association between postpartum depression level, social support level and breastfeeding attitude and breastfeeding self-efficacy in early postpartum women. **PLOS ONE**, v. 16, n. 4, p. e0249538, 2 abr. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249538>. Acesso em: 20 mar. 2025.

NAYEBINIA, Anvar-Sadat et al. Factors affecting breastfeeding self-efficacy among mothers with preterm infants. **Women's Health**, v. 20, jan. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/17455057241305297>. Acesso em: 3 maio 2025.

NG, Christine; SZÜCS, Anna; GOH, Lay Hoon. Common maternal health problems and their correlates in early post-partum mothers. **Women'S Health, Singapura**, v. 20,n. 2, p. 1-12, 10 jan.2024. SAGE Publications.  
<http://dx.doi.org/10.1177/17455057241227879>. Disponível em:  
<https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/17455057241227879>. Acesso em: 03 maio 2025.

PINHEIRO, Bruna Maciele; NASCIMENTO, Rafita Campos; VETORAZO, Jabneela Vieira Pereira. Fatores que influenciam o desmame precoce do aleitamento materno: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 11, p. e7227, 3 maio 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reaenf.e7227.2021>. Acesso em: 2 maio 2025.

PRENTICE, Andrew M.. Breastfeeding in the Modern World. *Annals Of Nutrition And Metabolism*, [S.L.], v. 78, n. 2, p. 29-38, 2022. S. Karger AG.  
<http://dx.doi.org/10.1159/000524354>. Disponível em:  
<https://karger.com/anm/articlepdf/78/Suppl.%202/29/3744558/000524354.pdf>. Acesso em: 19 mar. 2025

ROTH, Marissa C. et al. Breastfeeding Difficulties Predict Mothers' Bonding with Their Infants from Birth to Age Six Months. **Maternal and Child Health Journal**, v. 25, n. 5, p. 777-785, 2 fev. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10995-020-03036-9>. Acesso em: 3 maio 2025.

ROWLES, Gabrielle et al. Investigating the impact of breastfeeding difficulties on maternal mental health. **Scientific Reports**, v. 15, n. 1, 19 abr. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-025-98357-6>. Acesso em: 3 maio 2025.

SANTOS, Antônio Nacílio Sousa dos et al. Saúde mental materna – desconstruindo o “mito da maternidade” e enfrentando a depressão e a ansiedade no pós-parto. **Observatório de la economía latinoamericana**, v. 23, n. 3, p. e9369, 25 mar. 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/oelv23n3-128>. Acesso em: 2 maio 2025.



SILVA, Josepson Maurício da et al. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa. **Revista Ciência Plural**, v. 9, n. 2, e31781, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.21680/2446-7286.2023v9n2ID31781>. Acesso em: 3 maio 2025.

SPANNHAKE, Mariz et al. “It Is a Very Emotional Topic for Me” —Managing Breastfeeding Problems among German Mothers: A Qualitative Approach. *Healthcare*, v. 9, n. 10, p. 1352, 11 out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/healthcare9101352>. Acesso em: 3 maio 2025.

WERNECK, Bárbara Helem da Fonseca Patrocínio et al. Percepção materna sobre os fatores que interferem na amamentação de prematuros. **CoDAS**, v. 36, n. 5, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20242023252pt>. Acesso em: 2 maio 2025.

YAHYA, Noor Fairuzi Suhana et al. Association between Breastfeeding Attitudes and Postpartum Depression among Mothers with Premature Infants during COVID-19 Pandemic. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 20, p. 10915, 17 out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph182010915>. Acesso em: 3 maio 2025.